



Lahmacun met lamsgehakt en yoghurtsaus

Turks streetfood in je eigen keuken



Gekruid lamsgehakt *



Italiaanse groentemix *



Volle yoghurt *



Gemalen kaneel



Kerriepoeder



Wit platbrood



Passata



Verse bladpeterselie *

Totaal: **20-25** min.

Quick & Easy

Supersimpel

Family

Eet binnen **3** dagen

Lahmacun, beter bekend als Turkse pizza, is echt Turks streetfood dat je ook heel eenvoudig zelf kunt maken. Het wordt vaak gemaakt met lamsgehakt en is lekker pikant. De sausjes maak je vandaag ook zelf. Zet ze op tafel zodat iedereen zelf kan bepalen hoe pittig ze het maken.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

2x kom, wok of hapjespan met deksel en bakplaat met bakpapier.

Laten we beginnen met het koken van de **lahmacun met lamsgehakt en yoghurtsaus**.



1 BAKKEN

Verwarm de oven voor op 210 graden. Verhit de zonnebloemolie in een wok of hapjespan met deksel en bak het **lamsgehakt** in 2 minuten los op middelhoog vuur. Voeg de **Italiaanse groentemix** toe en bak afgedekt 5 – 7 minuten, of tot de **groenten** gaar zijn.



2 SAUSJES MAKEN

Meng ondertussen in een kom de **yoghurt** met de **gemalen kaneel** ★ en **kerriepoeder** en leng aan met 1 el water per persoon. Meng in een andere kom de sambal met de extra vierge olijfolie ★★. Zet beide weg tot gebruik.

★**TIP:** Let op, kaneel kan overheersen. Als je er niet van houdt, kun je het achterwege laten.



3 BELEGGEN

Leg de **platbroden** op de bakplaat met bakpapier. Besmeer met de **passata**, beleg daarna met het **gehaktmengsel** en breng op smaak met peper en zout.

★★**TIP:** Is de sambalolie te pittig? Voeg dan wat extra olijfolie toe.



4 PLATBROOD BAKKEN

Bak de **platbroodpizza's** 5 – 6 minuten in de oven, of tot deze goudbruin zijn.



5 PETERSSELIE SNIJDEN

Snijd ondertussen de **bladpeterselie** (inclusief takje) grof.



6 SERVEREN

Serveer de **platbroden** met de **bladpeterselie**, kruidige **yoghurtsaus** en **sambalolie**, of laat iedereen aan tafel naar smaak zijn **lahmacun** beleggen.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

| | 1P | 2P | 3P | 4P | 5P | 6P |
|---------------------------------|-----|-----|-----|-----|------|------|
| Gekruid lamsgehakt (g) * | 110 | 220 | 330 | 440 | 550 | 660 |
| Italiaanse groentemix (g) 23) * | 200 | 400 | 600 | 800 | 1000 | 1200 |
| Volle yoghurt (g) 7) 19) 22) * | 25 | 50 | 75 | 100 | 125 | 150 |
| Gemalen kaneel (tl) | ¼ | ½ | ¾ | 1 | 1¼ | 1½ |
| Kerriepoeder (tl) 9) 10) | ¼ | ½ | ¾ | 1 | 1¼ | 1½ |
| Wit platbrood (st) 1) | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 12 |
| Passata (g) | 50 | 100 | 150 | 200 | 250 | 300 |
| Verse bladpeterselie (g) * | 2½ | 5 | 7½ | 10 | 12½ | 15 |

Zelf toevoegen

| | | | | | | |
|-----------------------------|------------|----|----|---|----|----|
| Zonnebloemolie (el) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Sambal (tl) | ½ | 1 | 1½ | 2 | 2½ | 3 |
| Extra vierge olijfolie (el) | ¾ | 1½ | 2¼ | 3 | 3¾ | 4½ |
| Peper & zout | naar smaak | | | | | |

* in de koelkast bewaren

| VOEDINGSWAARDEN | PER PORTIE | PER 100 g |
|-----------------------|------------|-----------|
| Energie (kJ/kcal) | 3521 / 842 | 670 / 160 |
| Vet totaal (g) | 45 | 8 |
| Waarvan verzadigd (g) | 15,6 | 3,0 |
| Koolhydraten (g) | 75 | 14 |
| Waarvan suikers (g) | 14,2 | 2,7 |
| Vezels (g) | 9 | 2 |
| Eiwit (g) | 30 | 6 |
| Zout (g) | 1,3 | 0,2 |

ALLERGENEN

1) Gluten 7) Melk/lactose 9) Selderij 10) Mosterd

Kan sporen bevatten van: 19) Pinda's 22) Noten 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Neem gerust contact op via de website of via onze social-mediakanalen.

