

MARLEY SPOON



Kroatische worstjes

met stevige speltsalade en ajvarsaus



30-40min



Voor 3-4 personen

In de Balkan eet men vaak ćevapčići: een soort worstje dat veel lijkt op de Turkse 'köfte kebab'. Dat is ook niet zo gek, want de ćevapčići ontstond in de tijd dat de Balkan nog onderdeel uitmaakte van het Ottomaanse Rijk. Serveer ze met een stevige spelt salade met koolrabi en een romige saus verrijkt met ajvar - een milde pasta op basis van geroosterde aubergine en rode paprika.

Wat je van ons krijgt

- paprikapoeder
- knoflook
- rundergehakt
- boterraap
- ajvar
- verse peterselie
- appel
- yoghurt ⁷
- ui
- wortel
- spelt ¹

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- olijfolie
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- dunschiller
- grote koekenpan met deksel
- keukenrasp
- middelgrote kookpan met deksel
- waterkoker
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

Als je van rauwe ui houdt, hak de rest van de de ui fijn en voeg dit aan de salade in stap 5 toe. Gebruik de rest anders voor een ander recept.

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

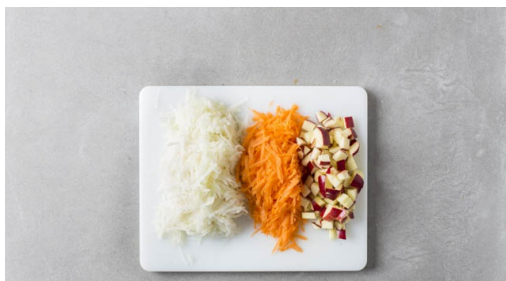
Voedingswaarde per portie

calorieën 705.0kcal, vet 17.5g, eiwit 42.2g, koolhydraten 84.3g



1. Spelt koken

Breng water in een waterkoker aan de kook. Spoel de **spelt** in een zeef onder stromend water schoon. Doe het gekookte water met de **spelt** en wat zout in een middelgrote kookpan en breng aan de kook. Zet het vuur middellaag en kook in 25-30min met een deksel afgedekt gaar. Giet de **spelt** af en roer dan luchtig met een vork.



4. Groenten voorbereiden

Schil intussen de **boterraap** en rasp grof. Schil evt. de **wortels** en rasp grof. Snijd de **appels** in vieren, verwijder het klokhuis en snijd in 1cm grote blokjes.



2. Gehakt kneden

Halveer en pel intussen de **ui**. Rasp **een helft** grof of hak fijn (**zie kooktip, links**). Pel en halveer de **knoflook**, hak **een helft** fijn. Doe de **gehakte ui** en **knoflook** met het **gehakt** en **paprikapoeder** in een kom, breng op smaak met flink wat peper en zout en kneed het **gehakt** totdat het goed vermengd is en van de kom los begint te laten.



5. Salade maken

Pluk de **peterselieblaadjes**, hak de **helft** grof en doe steeltjes weg. Meng de **boterraap**, **appel**, **wortel** en **gehakte peterselie** in een kom. Roer de **helft van de ajvar** met 1-2el olijfolie, 1el azijn, zout en peper los. Voeg de **saus** met de gekookte **spelt** aan de kom toe en hussel om. Laat even staan en breng evt. verder op smaak met peper, zout en olijfolie.



3. Worstjes bakken

Kneed 2cm dikke, vingerlange **worstjes** van het **gehaktmengsel**. Verhit 1el plantaardige olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **worstjes** in 4-5min rondom bruin, keer af en toe om. Zet het vuur laag en bak met een deksel afgedekt nog 3-4min totdat de **worstjes** gaar zijn.



6. Saus maken

Rasp de **rest van de knoflook** fijn. Hak de **rest van de peterselie** fijn. Meng de **knoflook**, **rest van de ajvar** en **peterselie** met de **yoghurt** en breng op smaak met peper en zout. Serveer de **worstjes** met de **salade** en een schepje **saus**.