



Vietnamese frieten met salade

en een gebakken ei met limoenmayo



30-40min



2 personen

Vrijdag patatdag! Thuis of in de snackbar: wij hebben allemaal zo onze favorieten. De een gaat voor een patatje oorlog, de ander geeft de voorkeur aan een frietje met mayo of samuraisaus. Chef Mirte heeft een eigen variant bedacht met een Vietnamese twist en een kraakverse groentetopping bovenop voor extra vitamines. Fijne bonus: de frieten schuif je zó de oven in en intussen maak je de salade en een perfect gebakken ei.

Wat je van ons krijgt

- 750g vastkokende aardappels
- 2 wortels
- 1 limoen
- 1 zakje Zaanse mayonaise
3,6,9,10
- 1 beker yoghurt ⁷
- 1 minikomkommer
- 1x taugé
- 10g verse kruidenmix:
koriander & munt
- 2 eieren ³
- 1 zakje zoete chilisaus
- 1 zakje zwarte sesam ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- fijne keukenrasp
- dunschiller of kaasschaaf

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

eieren (3), soja (6), melk (7), selderij (9), mosterd (10), sesamzaad (11).

Kan sporen van andere allergenen bevatten.

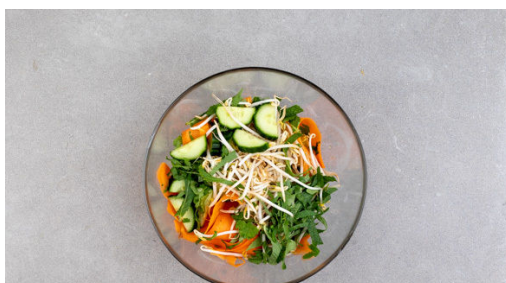
Voedingswaarde per portie

calorieën 809.0kcal, vet 33.0g, eiwit 20.8g, koolhydraten 96.7g



1. Frieten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C. Boen de **aardappels** en **1 wortel** goed schoon en snijd ze in dunne plakken en daarna in dunne, lange **frieten**. Meng de **aardappel- en wortelfriet** met 1-2el olijfolie, 1/2tl zout en peper naar smaak in een grote kom.



4. Salade maken

Pluk de **munt-** en **korianderblaadjes** en hak ze fijn, doe de steeltjes weg. Meng de **komkommer** met de **wortellinten**, **taugé**, de **helft van de gehakte kruiden**, **1el limoensap** en een snuf suiker, zout en peper naar smaak in een kom.



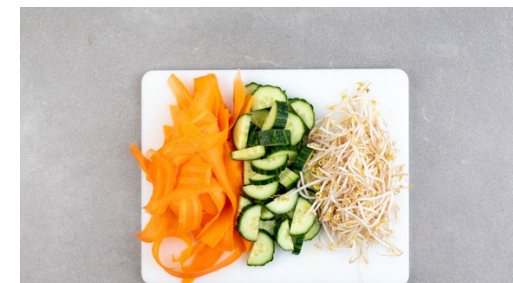
2. Limoen-mayo maken

Verdeel de **frieten** over een bakplaat met bakpapier en bak ze 20-30min in de oven tot ze gaar en goudbruin zijn. Hussel tussendoor eenmaal om. Rasp de **limoenschil** fijn. Halveer de **limoen**, pers **een helft** uit en snijd de **andere helft** in partjes. Meng de **mayonaise** met de **helft van de yoghurt**, **1tl limoenrasp**, **1-2el limoensap**, 1/4tl zout en peper naar smaak.



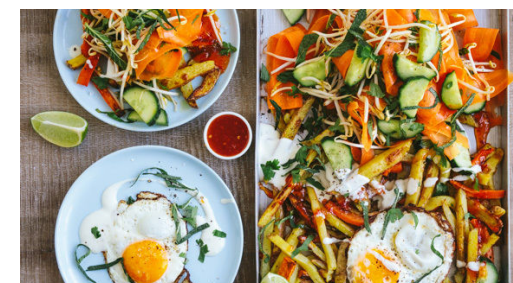
5. Eieren bakken

Verhit 1el plantaardige olie in een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur. Breek de **eieren** in de pan en bak de **eieren** in 3-4min gaar. Wil je een hardere **dooier**? Zet het vuur laag en bak de **eieren** afgedekt met een deksel nog 1-2min.



3. Groenten voorbereiden

Snijd de **minikomkommer** in de lengte door en vervolgens in dunne plakjes. Gebruik een dunschiller of kaasschaaf om dunne linten van de **2e wortel** te schaven, draai de **wortel** na elke haal. Je kunt de **taugé** rauw eten, maar ook 1-2min in een kom lauwwarm water doen (giet wel af!).



6. Frieten samenstellen

Schep de **frieten** op en verdeel de **salade** erover. Leg op elk bord een **gebakken ei**. Lepel de **limoenmayo** erover en besprenkel daarna met de **chilisaus**. Bestrooi met de **rest van de gehakte verse kruiden** en de **sesam**. Serveer met een **partje limoen** om erover uit te knijpen.