

MARLEY SPOON



Zoetzure sesam-runderblokjes

in een wrap met komkommer en bosui



ca. 25min



2 personen

Server je eten opgerold in een tortilla en het wordt extra lekker. Dat geldt ook voor het recept van vandaag. De met zoetzure chilisaus omhulde, licht sticky runderblokjes zijn op zichzelf al heel erg lekker, maar als je ze samen met knapperige komkommer en bosuiringetjes serveert in een opgerolde wrap worden ze nog net een stukje beter. Wij zijn fan!

Wat je van ons krijgt

- 1 krop ijsbergsla
- 2 minikomkommers
- 1 teen knoflook
- 1x biefblokjes
- 1 zakje zoete chilisaus
- 1 sachet sesamolie ¹¹
- 1 sachet witte sesam ¹¹
- 1x wraps ¹
- 2 zakjes Zaanse mayonaise ^{3,6,9,10}
- 1 bosui

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote koekenpan
- grote koekenpan

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), selderij (9), mosterd (10), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

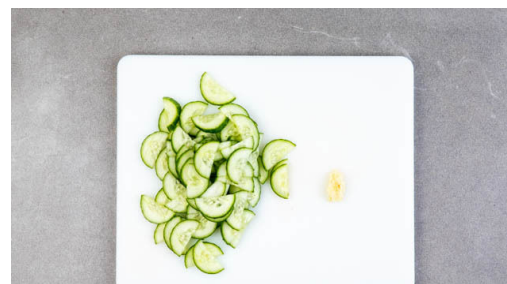
Voedingswaarde per portie

calorieën 783.0kcal, vet 38.2g, eiwit 38.0g, koolhydraten 67.9g



1. Ijsbergsla voorbereiden

Snijd de **krop ijsbergsla** doormidden, verwijder het stronkje en snijd de **sla** in dunne reepjes.



2. Komkommer snijden

Snijd de **minikomkommers** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn.



3. Biefblokjes roerbakken

Verhit 1el plantaardige olie in een middelgrote koekenpan op hoog vuur en voeg de **biefblokjes** met de **knoflook** toe. Roerbak 2min. Voeg **3/4e van de zoete chilisaus** toe en roerbak nog 1min op laag vuur tot de **biefblokjes** met een stroperig laagje bedekt zijn. Neem de pan van het vuur en roer de **sesamolie** en **sesam** erdoor. Breng op smaak met peper en zout.



4. Wraps opwarmen

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en neem **4-6 wraps** uit de verpakking. Verwarm de **wraps**, stuk voor stuk, in 30sec per zijde. Snijd de **bosui** in dunne ringetjes. Bewaar de **rest van de wraps** voor een ander recept.



5. Salade maken

Meng in een grote kom de **mayonaise** met 1el water, 1el azijn (witte wijn bij voorkeur) en de **rest van de chilisaus**. Roer er dan de **ijsbergsla** en **komkommerplakjes** door en breng de **salade** op smaak met peper en zout.



6. Serveren

Beleg de **wraps** met de **salade**, **biefblokjes** en **bosuiringen**. Je kunt de **wraps** oprollen of omvouwen. Serveer evt. **overgebleven salade** bij de **wraps**.