

MARLEY SPOON



Chorizo met bonen en geroosterde groenten uit de oven

 30-40min  2 personen

Die typisch rode kleur alsook het rokerige aroma heeft deze stevig gekruide chorizo-worst te danken aan Pimentón - een veelvuldig gebruikte kruidenmix uit de Spaanse keuken. De specerijenmelange wordt onder andere gemaakt van gedroogde paprika. Samen met het zoete van de bataat, knapperige paprika en rucola combineer je fris en geurig in een perfect avondmaal!

Wat je van ons krijgt

- rode paprika
- chorizoworstjes
- tomaten
- witte bonen
- knoflook
- rode ui
- László's Goulash spice mix
- gele paprika
- rucola

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- olijfolie
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- bakpapier
- bakplaat
- oven
- zeef

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

Kooktip

Niet iedereen houdt van rauwe knoflook, je kunt de gehakte knoflook in een kleine koekenpan met een scheutje olie in 1-2min zacht fruiten.

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 785kcal, vet 36.9g,
koolhydraten 48.9g, eiwit 57.5g



1. Paprika snijden

Verwarm de oven voor op 220°C hetelucht/250°C. Snijd de **paprika's** in vieren en verwijder zaden en zaadlijsten, snijd dan in 2cm brede repen.



4. Chorizo voorbereiden

Verwijder intussen met een scherp mes het **worstvel** en snijd de **chorizo** in 1cm brede plakken. Neem na ca. 15min de bakplaat uit de oven en leg de **worststukjes** erbij en bak nog 5min. Voeg dan de uitgelekte **bonen** toe en bak alles in 5min gaar en knapperig.



2. Ingrediënten voorbereiden

Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne halve ringen. Spoel de **witte bonen** in een zeef onder de koude kraan schoon en laat ze uitlekken.



5. Dressing maken

Snijd intussen de **tomaat** in 6-8 partjes. Pel de **knoflook** en hak fijn. Meng de **helft van de knoflook (zie kooktip, links)** met 2el olijfolie en 2el azijn en zout, peper en suiker.



3. Groenten roosteren

Leg de **paprika** en **ui** op een bakplaat met bakpapier en meng met 1-2el olijfolie en een goede snuf peper en zout. Bak ca. 15min in de oven.



6. Groenten mengen

Meng de **geroosterde groenten, bonen** en **chorizo** met de **dressing** en **1tl van de Goulash spice mix**. Roer de **tomaat** erdoor. Snijd de **rucola** evt. grof en roer deze er ook door. Voeg naar wens meer **knoflook** toe en breng op smaak met meer **spice mix**, zout en peper.