

# MARLEY SPOON



## Fetapakketjes

met zomergroenten en pijnboompitten



20-30min



4 porties

BBQ-en zonder vlees? Jazeker, een BBQ-feestje zonder burgers & co is minstens net zo lekker! In plaats van flinke steaks, plaats je vandaag lekkere fetapakketjes gevuld met allerlei zomerse groenten op de BBQ. Bestrooi de groenten en feta met een gulle hand pijnboompitten en frisse munt voor extra veel smaak. Ook bij vleesliefhebbers zal het water spontaan in de mond lopen!

## Wat je van ons krijgt

• 7

## Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

## Kookgerei

- aluminiumfolie

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

### Allergenen

melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

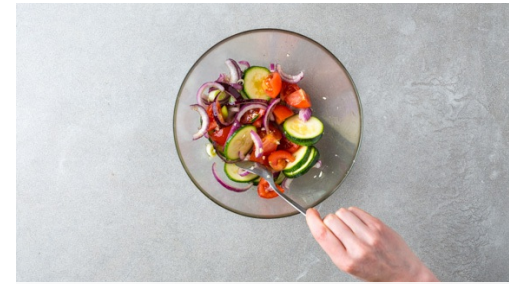
### Voedingswaarde per portie

calorieën 455kcal, vet 36.5g, koolhydraten 7.6g, eiwit 22.6g



### 1. Ui snijden

Pel en snijd de **ui** in 1cm dikke ringen. Trek de ringen van elkaar los. Boen de **bosuien** schoon en snijd ze schuin in dunne ringetjes.



### 2. Groenten voorbereiden

Snijd de uiteinden van de **courgettes** en snijd ze in 0,5cm dikke schijfjes. Snijd de **tomaten** in 8 partjes. Pel en hak de **knoflook** fijn. Meng de **bosuiringen**, **ui**, **courgetteschijfjes** en **tomaten** in een kleine kom met 0,5tl zout, peper, **knoflook** en 2el olijfolie.



### 3. Feta snijden

Snijd **elk stuk fetakaas** in 6 evengrote blokjes.



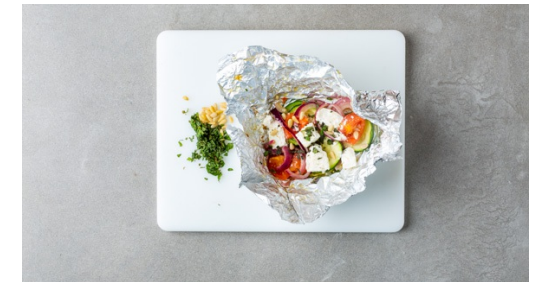
### 4. Pakketjes vouwen

Leg 4 grote stukken aluminiumfolie uit. Verdeel de **gekruide groenten** erover en leg op elk stapeltje **4-5 stukjes feta**. Vouw het folie dicht en rol de randjes om, zodat de pakketjes luchtdicht zijn.



### 5. Pakketjes grillen

Leg de **fetapakketjes** met de **rest van de groenten** op de BBQ en bak ca. 10min. De **ui** moet gaar en zacht zijn, de **courgette** mag nog een beetje bite hebben.



### 6. Munt hakken

Pluk intussen de **muntblaadjes** en hak ze fijn. Doe de steeltjes weg. Serveer de **fetapakketjes** en bestrooi met de **pijnboompitten** en **munt** naar smaak.