

# MARLEY SPOON



## Rokerige bloemkoolsteaks

met groentepuree en chimichurri



30-40min



2 personen

De bloemkoolsteaks van vandaag doen je dankzij hun rokerige smaak al verlangen naar een warme zomer vol BBQ-gerechten. Vandaag gebruik je gewoon een grillpan of grote koekenpan om deze flinke bloemkoolschijven in te bakken. Je serveert de bloemkool met een gulle schep chimichurri, een zinderende Argentijnse saus die een mooi contrast vormt met de smoky zoete aardappelpuree. Doe ons nog maar zo'...

## Wat je van ons krijgt

- verse kruidenmix; oregano, peterselie & koriander
- bloemkool
- sherryazijn <sup>12</sup>
- zoete aardappels
- knoflook
- sjalot
- verse chilipeper
- gegrilde paprika's
- citroen
- komijnpoeder

## Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

## Kookgerei

- aardappelstamper
- dunschiller
- grillpan of koekenpan
- kookpan
- staafmixer
- vergiet

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

## Allergenen

zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

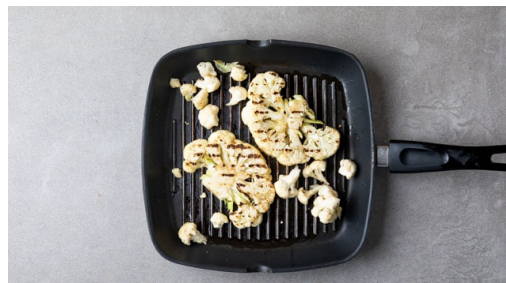
## Voedingswaarde per portie

calorieën 534kcal, vet 27.4g, koolhydraten 57.4g, eiwit 10.7g



### 1. Aardappels koken

Breng water in een waterkoker aan de kook. Schil en snijd de **zoete aardappels** in stukken. Doe de **aardappels** met 1tl zout in een middelgrote kookpan, overgiet met het zojuist gekookte water. Breng aan de kook en kook de **aardappels** in 15-20min gaar. Giet af en laat de **aardappels** in een vergiet uitstomen.



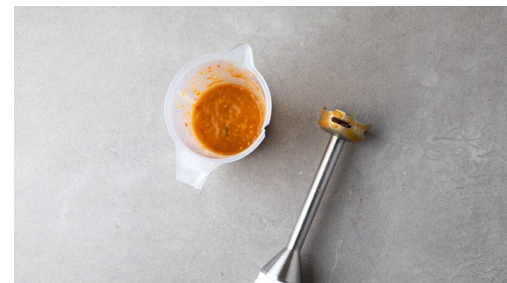
### 4. Bloemkool bakken

Verhit een grillpan of grote koekenpan op middelhoog vuur en kwast de **bloemkoolsteaks** in met olijfolie en bestrooi ze met **komijnpoeder**, zout en peper. Bak de **bloemkool** 2min op een kant. Dek de pan dan met aluminiumfolie of een deksel af en bak 5-6min. Keer de **bloemkool** om en bak al afgedekt nog eens 5-6min. Voeg evt. de afgebroken **bloemkoolroosjes** toe.



### 2. Groenten voorbereiden

Snijd de **bloemkool** in schijven van ca. 2cm dik. Gooi de afgebroken **bloemkoolroosjes** niet weg! Pluk de **oreganoblaadjes** en hak grof. Hak de **koriander** en **peterselie** fijn. Pel en hak het **sjalotje** en de **knoflook** fijn. Snijd de **chilipeper** doormidden, verwijder de zaadlijsten en hak de **peper** fijn. Pers de **citroen** uit.



### 5. Gegrilde paprika pureren

Pureer de **helft van de gegrilde paprika's** in een hoge (maat)beker met een staafmixer glad. Gebruik de **rest van de paprika's** voor een ander recept.



### 3. Chimichurri maken

Meng de **gehakte kruiden**, het **sjalotje**, de **knoflook**, **1-2tl chilipeper**, **1el citroensap**, de **sherryazijn**, 1/4tl zout en peper in een kommetje. Voeg dan al roerend 2-3el olijfolie toe zodat de **sous** een egaal geheel vormt. Roer door en zet de **chimichurri** opzij.



### 6. Stampot maken

Doe de **aardappels** terug in de pan met de **paprikapuree**, 1/2tl zout en peper en stamp glad met een aardappelstamper. Schep de **aardappel-paprikapuree** op, serveer met de **bloemkoolsteaks** en een schepje **chimichurri**.