

MARLEY SPOON



Rokerige bloemkoolsteaks

met groentepuree en chimichurri



30-40min



Voor 3-4 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

- zoete aardappel
- komijnpoeder
- sjalot
- bloemkool
- verse kruidenmix: oregano, peterselie & koriander
- knoflook
- verse chilipeper
- citroen
- sherryazijn ¹²
- gegrilde paprika's

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- aardappelstamper
- dunschiller
- 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.

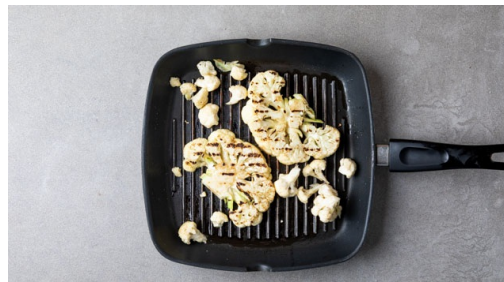
Voedingswaarde per portie

calorieën 420kcal, vet 21.6g, koolhydraten 44.3g, eiwit 9.1g



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 grote 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.



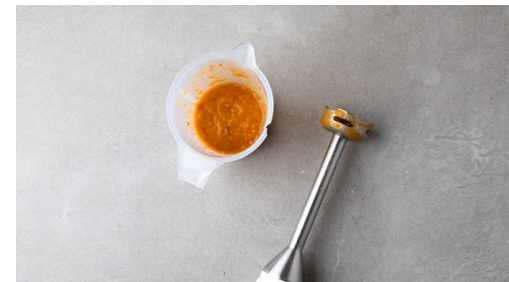
4. Bloemkool bakken

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 afgekookte **bloemkoolroosjes** toe.



2. Groenten voorbereiden

Snijd de **bloemkool**. Snijd in schijven van ca. 2cm dik. Gooi de afgekookte **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 **gegrilde paprika** in een hoge (maat)beker met een staafmixer glad.



3. Chimichurri maken

Meng de **gehakte kruiden**, het **sjalotje**, de **knoflook**, **2-3tl chilipeper**, **1-2el 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**.