

FLATBREAD MET CASHEWSPREAD

Ingrediënten

- ✓ 1 courgette
- ✓ 1 bloemkool
- ✓ 100 g cashewnoten
- ✓ 4 flatbreads
- ✓ sriracha
- ✓ citroen
- ✓ rode ui
- ✓ 3 sjalotjes
- ✓ 2 tenen knoflook
- ✓ ± 10g dille
- ✓ ± 10g platte peterselie
- ✓ 100 g rucola
- ✓ peper en zout
- ✓ olijfolie
- ✓ azijn



FLATBREAD MET CASHEWSPREAD

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Pel de sjalotten en de knoflook. Snij de sjalotten doormidden en leg samen met de look op een stukje aluminiumfolie. Besprenkel met 2 eetlepels olijfolie en een flinke snuf zout en vouw de folie dicht.
2. Kuis de bloemkool en snijd de roosjes in plakken van ca. 2 cm dik. Snijd de courgette in schijfjes. Meng de bloemkool en courgette met de sriracha (naar smaak, let op is pikant), 4 eetlepels olijfolie en kruid met peper en zout.
3. Leg een bakpapier op 1 of 2 bakplaten en verdeel de groenten. Leg het sjalottenpakketje erbij en bak alles 15 minuten in de oven. Neem het sjalottenpakketje uit de oven. Draai de courgette en bloemkool en laat nog 5 à 7 min verder bakken in de oven.
4. Halveer en pel de rode ui en snijd in fijne reepjes. Meng de uireepjes met 1 eetlepel citroensap, 4 eetlepels lichte azijn, 1 theelepel zout en zet opzij.
5. Hak de dille en peterselie, inclusief steeltjes, grof en doe samen met de cashewnoten, de sjalot, de knoflook en 1 eetlepel citroensap in een hoge (maat)beker en pureer tot een gladde saus. Voeg meer water toe als de saus te dik is. Breng op smaak met zout en peper.
6. Leg de flatbreads op een bakplaat en bak ze zoals aangegeven op de verpakking. Bestrijk de flatbreads met de helft van de saus en beleg met de bloemkool en courgette.
7. Hussel de rucola om met 1 el olijfolie, peper en zout naar wens. Giet de uireepjes af in een zeef en laat uitlekken. Werk de flatbreads af met de rucola en garneer met de ingemaakte ui.