



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 27  
2015

Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

## Worst van Brandt & Levie met krieltjes en salade van paprika

Heerlijke worst met venkelzaad en een salade met verse oregano

Voor dit frisse gerecht hebben we een verrassende varkensworst van Brandt & Levie gebruikt. De worst dankt zijn smaak aan ingrediënten zoals witte wijn, zeezout, piment d'Espelette, gerookte paprika, venkelzaad, zwarte peper, verse knoflook en nootmuskaat. Een worst om van te genieten dus!



30-35 min



gemakkelijk



pittig



lactosevrij



glutenvrij



Krieltjes



Komkommer



Knoflookteen



Rode paprika



Varkensworst



Oregano



Rucolamelange

## Ingrediënten

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Krieltjes (g)	250	500	750	1000	1250	1500
Knoflookteen	1	1	2	2	3	3
Komkommer	¼	½	¾	1	1	1¼
Rode paprika	½	1	1½	2	2½	3
Varkensworst	1	2	3	4	5	6
Oregano (takjes) 5*⊕	2	3	4	5	6	7
Rucolamelange (g)	40	60	90	120	150	180
Olijfolie (el)*	1	2	3	4	5	6
Balsamicoazijn (tl)*	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*				Naar smaak		

⊕ Dit gebruik je ook in een ander recept  
\* Zelf toevoegen

## Benodigdheden

Wok of hapjespan met deksel, saladekom, koekenpan

**Voedingswaarden** 564 kcal calorieën | 24 g eiwit | 48 g koolhydraten | 29 g vet, waarvan 8 g verzadigd | 7 g vezels



**1** Was de krieltjes grondig en snijd doormidden. Snijd of pers de knoflook fijn. Verhit de helft van de olijfolie in een wok of hapjespan met deksel en bak de krieltjes, afgedekt, 20 minuten op middelhoog vuur. Voeg halverwege de knoflook toe en breng op smaak met peper en zout. Haal na 15 minuten de deksel van de pan.



**2** Snijd of schaaft ondertussen de komkommer in dunne plakken. Snijd de paprika in dunne repen. Bewaar de komkommer in een saladekom.

**3** Verhit de overige olijfolie in een koekenpan en bak de worst in 15 minuten rondom gaar. Voeg na 11 minuten de paprika toe aan de worst en bestrooi met peper en zout.

**4** Ris ondertussen de oreganoblaadjes van de takjes en snijd fijn.

**5** Voeg de oregano en zwarte balsamicoazijn toe aan de paprika en bak al roerende 1 minuut. Voeg de paprika samen met de rucolamelange toe aan de saladekom en breng verder op smaak met olijfolie, zwarte balsamicoazijn, peper, zout.

**6** Verdeel de worst en krieltjes over de borden en serveer met de salade.



**Tip!** Bij de wortel-linzensoep wordt 1 el crème fraîche per persoon gebruikt. Heb je nog wat crème fraîche over? Maak er dan een lekker sausje voor bij de krieltjes van: meng 1 el crème fraîche (eventueel aangevuld met stevige yoghurt) per persoon met 2 oreganoblaadjes, peper, zout en een ½ tl extra vierge olijfolie.