



320 gram
groenten per
portie *

Traybake met mozzarella

broccoli en oregano-vinaigrette

Dit recept is perfect als je nog even de krant wil lezen of een spelletje wil doen met de kinderen. Je legt alle ingrediënten op een bakplaat (traybake) en zet deze in de oven. Een heerlijk sausje erbij om aan het einde eroverheen te gieten en klaar is je maaltijd. De oregano kun je voor kleintjes apart houden.

35 min | 598 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Krieltjes	g	300	600	900	1200
Broccoli	st	0.5	1	2	2
Verse oregano	st	0.5	0.5	1	1
Limoen	st	0.25	0.5	1	1
Wild wonder tomaatjes	g	125	250	300	500
Mozzarella	g	50	100	150	200

zelf toevoegen:

Olijfolie extra vierge	el	1	2	3	4
Azijn	el	0.5	1	1.5	2
Mosterd	tl	0.5	1	1.5	2
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Verwarm de oven voor op 200 °C en bekleeft een bakplaat met bakpapier. Zorg dat de oven goed heet is. Was de aardappeltjes, halveer of snijd in vieren en besprenkel met olijfolie. Spreid uit op de bakplaat en bak alvast in de oven.
2. Snijd de broccoli in kleine roosjes en de stronk in plakjes. Besprenkel met olijfolie en leg op de bakplaat bij de aardappeltjes in de voorverwarnde oven. Bak 20-25 minuten totdat alles gaar is. Maak alles op smaak met peper, zout en paprikapoeder.
3. Maak ondertussen de vinaigrette. Hak de helft van de oregano en meng deze door de olijfolie extra vierge, limoensap, azijn en mosterd. Breng op smaak met peper en zout.
4. Halveer de tomaatjes. Laat de mozzarella uitlekken. Leg 5 minuten voor de eindtijd de tomaatjes en mozzarella op de bakplaat bij de aardappels en broccoli en bak mee. Zet eventueel de laatste minuten de ovengrillstand aan.
5. Serveer de traybake met de vinaigrette en strooi de overgebleven oregano erover.

Tip: Je kunt de mozzarella laten marineren in de oregano-vinaigrette voor extra smaak.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

