



Tomaat-Garnaal 2.0

met Vita+ Volkoren

Hoofdgerecht Voorgerecht

 4 personen

Ingrediënten

- 8 sneden Vita+ Volkoren brood in de lengte doorgesneden
- Gekruide gekonfijte tomaat
 - 400 g tomaten
 - 100 g rode uien
 - 15 g chilipasta
 - Olijfolie
 - Zout
- Mayonaise (of gebruik 150 g kant-en-klare mosterdmayonaise)
 - 40 g eigeel
 - 20 g mosterd
 - 200 g plantaardige olie (koolzaad, druivenpit, pinda of andere plantaardige olie met een milde smaak)
 - 20 g witte wijnazijn
 - Zout
 - Peper
- 15 g sjalotten
- 300 g grijze garnalen
- 5 g dille
- 2 g limoenschil
- 20 g limoensap
- 1 eigeel
- Zout
- Peper

1. Maak de gekruide gekonfijte tomaat: verwijder de steel van de tomaten. Maak een kruis met een scherp mes in de onderkant van de tomaten. Leg ze 20 tot 30 seconden in kokend gezouten water. Leg ze dan in koud water gevuld met ijsblokjes. Zo verwijder je gemakkelijk de schil van de tomaten. Snij de tomaten in 4 en verwijder de zaadjes. Snij de kwartjes vervolgens in blokjes van 1 cm. Hak de rode uien fijn. Doe een beetje olijfolie in een pan en verwarm op een middelmatig vuurtje. Voeg de tomaten en de fijngehakte ui toe. Laat sudderen en



Benodigheden

- Staafmixer
- 4 ronde koekjesvormpjes met een diameter van 8 cm



Dit recept is gemaakt met Vita+ Volkoren

Met 40 % volkorengranen is dit volkorenbrood rijk aan vezels. Of je nu gaat voor ontbijt of lunch, de heerlijke smaak van dit brood past perfect bij zoet of zout beleg.

roer regelmatig gedurende ongeveer 30 minuten totdat het water volledig verdampt is en er een gelei ontstaat. Voeg de chilipasta toe en meng. Breng op smaak met zout.

2. Maak de mayonaise: doe de eierdooiers, de mosterd en de azijn in een grote kom of slakom. Meng met de mixer tot een homogeen mengsel. Hou de mixer op gemiddelde snelheid en voeg voorzichtig de plantaardige olie toe. Wanneer alle olie toegevoegd is, schakel naar maximale snelheid totdat je een homogeen mengsel verkrijgt. Kruid af met peper en zout.
3. Maak de garnalensalade met mayonaise: hak de dille en de sjalot fijn. Meng de mayonaise met de garnalen en voeg het limoensap, de limoenschil, de sjalot en de dille toe. Kruid af met peper en zout.
4. Maak een broodkommetje: verwarm de oven voor op 180°C. Neem 4 sneden brood (in de lengte doorgesneden). Plaats op elke snede een ronde koekjesvorm en snij het brood in de vorm van de koekjesvorm. Laat het brood in de koekjesvorm zitten. (1) Neem nog 4 sneden brood (in de lengte doorgesneden) en snij 4 reepjes brood van 4 cm breed en ongeveer 18 cm lang. Deze worden gebruikt om de rand van het broodkommetje te maken. (2) Bestrijk de rand van de broodcirkel (1) met eigeel. Bestrijk ook de zijkant van de broodrepen (2) die op de broodcirkel worden geplaatst. Leg de repen in de koekjesvormpjes (plaats de ingestripte zijkanten op elkaar). Bak 4 tot 5 minuten op 180°C.
5. Vul het broodkommetje met de gekruide gekonfijte tomaat en de garnalensalade met mayonaise. Versier met dille.