



# MENU Februari



## Mini groenteburger

### Ingrediënten 10 personen:

#### Broodjes

150 ml water (lauw)  
7 g gist  
13 g suiker  
275 g bloem  
50 ml olijfolie (+ wat extra om de kom in te vetten)  
2 g zout  
15 g eigeel  
15 ml melk  
7 g maanzaad

### Bereidingswijze:

#### Broodjes

Meng het water, de gist en de suiker, bloem, olijfolie en het zout in de Kenwood keukenmachine met kneed dit met kneedhaak ca. 5 minuten tot een soepel deeg van.

Maak van het deeg een bol, vet de kom in met een beetje olijfolie. Leg hierin de bol deeg en keer om zodat hij rondom een laagje olijfolie heeft. Dek af met plastic folie en een theedoek; en laat het deeg 1 uur rijzen in de grote oven met een beetje stoom op 30 graden tot het verdubbeld is. Daarna verdeel je het deeg in 10 bolletjes met een gewicht van 30 – 35 gram per stuk zodat ze allemaal even groot zijn. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat.

Kluts het eigeel samen met de melk en bestrijk hiermee de broodjes. Verdeel naar smaak wat maanzaad er overheen. Dek de broodjes voorzichtig af met plastic folie en laat ze nu nog 30 minuten rijzen.

Verwarm de oven 10 minuten voordat je gaat bakken op 200 °C, boven- en onder warmte.

Bak de broodjes goudbruin in 9-11 minuten. Dek ze na het bakken direct af met een theedoek zodat ze lekker zacht en luchtig worden en goed af koelen.

#### Groenteburger

400 g kikkererwten  
250 g broccoli  
42 g gebroken lijnzaad  
2 tenen knoflook  
150 g blauwe kaas in stukjes  
2 lente ui  
4 el zonnebloemolie  
2 g nootmuskaat  
Peper en zout  
10 g garam masala  
3 g mosterdzaad  
15 g mangochutney  
1/2 granaatappel\*  
25 g verse munt  
150 g Yoghurt (volle)  
40 g Bombaymix (zoutjes)  
10 mini broodjes (recept hierboven)  
100 g eiwit  
Schaaltje panko

#### Groenteburger

Snijd de broccoli in stukjes en blancheer 5 minuten, laat goed uitlekken. Hak met een keukenmachine de broccoli, kikkererwten, gebroken lijnzaad, knoflook, lente-ui en kaas tot een grof mengsel.

Breng op smaak met peper en zout en de nootmuskaat.

Maak met natte handen 10 tot 12 burgers. Gelijkmatic platte burgers worden egaal gaar.

Bak in een koekenpan de groenteburger gaar.

Schep de mangochutney in een kom. Snijd de granaatappel doormidden en pers er wat sap uit en voeg dit aan de chutney toe zodat deze wat vloeibaarder wordt. Haal uit de rest van de granaatappel de pitjes en voeg dit ook toe. Zet afgedekt weg.

Verdeel het deeg in 10 delen. Rek het deel uit, vouw het dubbel en maak er een bolletje van en vervolgens een burgertje, passend voor op het broodje. Zie instructie filmpje van Robert van Bekhoven: opbollen. [Uitlegvideo Opbollen - YouTube](#)

Klop het eiwit los met een beetje zout. Haal de burgertjes eerst door het eiwit, daarna door de panko en herhaal dit nog eens.



# MENU Februari



\* bewaar de andere helft voor de volgende dag, of check of er nog een helft ligt.

Doe boter in de koekenpan en bak de burgertjes op laag vuur mooi bruin en krokant.  
Kneus de Bombaymix grof in een vijzel.  
Snij de munt fijn en voeg toe aan de yoghurt. Roer goed door tot een dikke saus ontstaat

## Eindbewerking

## Eindbewerking en presentatie

Snij de broodjes open en rooster de binnenkant licht aan.  
Scheep de muntyoghurt op de onderste helft van de broodjes.  
Leg er een burger op, en doe daarop de chutney en wat Bombaymix. Leg de kapjes erop, druk aan en serveer.

