

VEGETARISCH PITABROODJE



Ingrediënten (voor 4 personen):

- 4 spelt pitabroodjes
- 500 g vegetarische pitareepjes obv soya
- 1 ui
- 1 courgette
- 2 wortelen
- 1 rode en 1 groene paprika
- [1 maïskolf](#)
- een teentje knoflook
- 4 tomaten
- 1 komkommer
- enkele takjes peterselie
- peper en zout
- kruidendressing



Bereidingswijze:

- Pel de ui en snij in ringen.
- Was de courgette en snij in stukjes.
- Schil de wortelen met een dunschiller en snij deze in plakjes.
- Was de paprika's en snij in stukjes.
- Bereid de maïskolf zoals eerder reeds aangegeven.
- Pel de knoflook en snij in fijne stukjes.
- Was de tomaten en snij in plakjes.
- Was de komkommer en snij in schijfjes.
- Was de ijsbergsla en snij in reepjes.
- Wok de stukjes courgette, wortelschijfjes, stukjes paprika en maïs gaar samen met de uiringen en stukjes knoflook.
- Voeg de vegetarische pitareepjes toe en bak deze gaar.
- Breng op smaak met peper en zout.
- Snij de pitabroodjes middendoor en zet ze even onder de grill.
- Vul het pitabroodje met deze pita-groentenmengeling en schik op een bord.
- Een beetje kruidendressing met look (volgens recept, maar extra look toevoegen) erbij smaakt heerlijk.
- Dien op met enkele schijfjes tomaat, enkele schijfjes komkommer en reepjes ijsbergsla.
- Laat het smaken!