**Mitraillette**

stokbrood

hamburger 100% rund

ui

boter

eieren

gemengde sla

tomaat

mayonaise

ketchup

whisky

frietjes

Een vast recept is er niet voor deze snack (zie kader). Hier een poging om een iets gezondere versie te maken door een evenwichtiger keuze van ingrediënten.

Snijd het stokbrood in twee en dan doormidden, maar niet helemaal. Laat beide helften aan mekaar vastzitten. Bak de frietjes en de rundsburger. Kook de eieren 10 minuten, koel ze af, haal uit de pel en snijd ze in 4 schijfjes.

Was de gemengde sla, snijd de tomaat in schijven. Maak cocktailsaus met mayonaise, ketchup en een scheutje whisky. Snijd een ui in halve maantjes en bak deze in een beetje boter tot ze goed gekarameliseerd zijn (bruin van kleur, maar niet verkoold uiteraard).

Plooi het broodje open, beleg achtereenvolgens met sla, gebakken ui, tomaten en ei. Leg daarop de in repen gesneden burger, een flinke portie frietjes en werk af met uitbundig veel cocktailsaus. Vergeet het avondeten.