

GROENE GROENTESCHOTEL



Ingrediënten voor 4 personen:

- 250 gram aardappel*
- 1 ui
- 1 teentje knoflook
- 1 el roomboter
- 400 gram gewassen en gesneden andijvie
- 200 gram gesneden en gewassen prei
- 200 gram diepvries tuinerwten
- 100 gram zuivelspread/roomkaas met kruiden
- 300 gram ontbijtspek (optioneel)
- 0.5 groentebouillonblokje
- versgemalen peper en eventueel nog zout
- krokant gebakken uitjes (kant en klaar)

*Voor een koolhydraatarme schotel kun je 250 gram zoete aardappelblokjes nemen of blokjes knolselderij.

Voor een vegetarische variant laat je stap 2 (de ontbijtspek) weg.

Bereiding:

Stap 1

Snipper de ui en pers de knoflook fijn. Was de aardappel en snijd deze met schil in blokjes van 2 cm. Verhit de boter in een wokpan en bak de ui, knoflook en aardappelblokjes 5 minuten op hoog vuur. Voeg het halve bouillonblokje toe. Beetje bij beetje de andijvie en prei toevoegen en bak dit tot de andijvie geslonken is. Voeg de tuinerwten toe en laat het geheel nog 5 minuten met deksel op de pan doorgaren.

Stap 2

Intussen ontbijtspek klein snijden. In droge koekenpan spekjes uitbakken en op keukenpapier uit laten lekken.

Stap 3

Neem de pan van het vuur en voeg de zuivelspread/roomkaas toe en maak het smeug. Voeg naar smaak nog peper en zout toe.

Stap 4

Ovenschotel invetten. Groene groente over de schotel verdelen en bestrooien met wat gebakken uitjes.

Stap 5

Oven voorverwarmen op 200 graden en de schotel in circa 30 minuten in de oven verwarmen.