



300 gram
groenten per
portie *

Andijvie stampptot met champignon-uienjus

en Provençalse balletjes

Vandaag op het menu: een andijvie stampptot met een overheerlijke Provençalse balletjes. Door een deel van de andijvie niet te koken maar rauw te verwerken, blijft de smaak en kleur mooi behouden.

30 min | 815 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Aardappel, zachtkokend	<i>g</i>	300	600	900	1200
Andijvie	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Ui	<i>st</i>	1	2	2	3
Champignons	<i>g</i>	100	200	300	400
Provençaalse balletjes	<i>g</i>	125	250	375	500

zelf toevoegen:

Bakolie en/of (vegan) boter	<i>el</i>	0.5	1	1.5	2
Mosterd	<i>tl</i>	0.5	1	1.5	2
Plantaardige melk	<i>ml</i>	25	50	75	100
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook. Was of schil de aardappels, snijd klein en kook in 15-20 minuten gaar. Giet daarna het water af en vang een deel van het kookvocht op.
2. Was de andijviebladeren. Laat uitlekken in een vergiet en snijd daarna klein. Laat 1/2 deel van de andijvie 5 minuten meekoken met de aardappels. De rest doen we later rauw door de stampot.
3. Pel de ui en snijd in partjes. Veeg de champignons schoon en snijd in vieren. Verhit olie in een bakpan en bak de ui en champignons al omscheppend bruin en gaar. Voeg de Provençaalse balletjes toe en bak deze lekker mee.
4. Stamp de aardappels grof met een pureestamper en schenk wat kookvocht en (plantaardige) melk en (vegan) boter erbij. Voeg de rest van de andijvie en mosterd toe en schep alles goed door elkaar. Laat de andijvie afgedekt nog even slinken. Proef en breng op smaak met zout en peper en eventueel nog wat extra mosterd.
5. Serveer de andijviestampot met een flinke schep champignon-uienjus en de balletjes.

Tip: Ook lekker met zongedroogde tomaatjes.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

