



330 gram
groenten per
portie *

Portabella met een saus van truffelboter en gebakken rijst

100% natuurlijke, Nederlandse boter gecombineerd met Italiaanse zomertruffel en olijfolie. Het bedrijf 'Van de Koe' werkt samen met Nederlandse boeren die zich inzetten voor meer biodiversiteit in de weide. De boter is heerlijk op brood of toast, maar ook als warme saus.

30 min | 748 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
Volkoren basmatirijst	g	75	150	225	300
Hazelnoten	g	15	25	40	50
Sjalot	st	1	2	2	3
Prei	st	1	2	3	3
Portabella	st	1.5	3	5	6
Truffelboter	g	40	75	75	100
Ei	st	1	2	3	4
zelf toevoegen:					
Olie	el	0.5	1	1.5	2
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 en kook de rijst in 20-25 minuten beetgaar. Giet het water af en laat een beetje afkoelen op een plat bord.
2. Verwarm een ruime bakpan. Hak de hazelnoten grof en rooster enkele minuten op een hoog vuur. Schep uit de pan en leg opzij. Pel de sjalotten en snijd in partjes. Snijd de prei in de lengte doormidden, spoel onder de kraan en snijd klein. Verhit olie in dezelfde bakpan en bak de sjalotten en prei 8 minuten op een middelhoog vuur.
3. Veeg intussen de portabella's schoon. Verhit olie in een andere bakpan en bak de portabella's aan alle kanten bruin en zacht, kruid met zout en peper. Voeg de truffelboter toe aan de pan en laat zachtjes smelten op een laag vuur totdat je een sausje krijgt.
4. Doe de voorgerekookte rijst bij de prei en sjalotten, zet het vuur hoog en roerbak enkele minuten. Klop het ei los, voeg toe aan de pan en roerbak mee. Kruid met zout en peper.
5. Schep de gebakken rijst op de borden en leg de gebakken portabella erop. Schenk tenslotte de truffelboter erover en werk af met de hazelnoten.

Tip: Wil je de rijst niet bakken? Met gekookte rijst is dit gerecht nog steeds extreem lekker.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

