



270 gram
groenten per
portie *

Prei stampopot met rookworst en champignons

Vandaag een overheerlijke prei stampopot met rookworst. Prei behoort tot dezelfde familie als de ui en knoflook. Doordat er verschillende prei soorten bestaan, is het altijd van eigen bodem te verkrijgen.

30 min | 799 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
Aardappels, kruimig	<i>g</i>	300	600	900	1200
Fijne rookworst	<i>g</i>	100	200	240	400
Prei	<i>st</i>	1	2	3	3
Kastanjechampignons	<i>g</i>	125	250	400	500

zelf toevoegen:

Mosterd	<i>tl</i>	1	2	3	4
Bakolie (of boter)	<i>el</i>	1	2	3	4
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 20 minuten gaar.
2. Verwarm intussen de rookworst (in de verpakking) in een pan met heet, maar niet kokend water.
3. Snijd de prei in de lengte doormidden, spoel onder de kraan en snijd klein. Veeë de champignons schoon en snijd in plakjes. Verhit olie (of boter) in een bakpan en bak de prei en champignons bruin en gaar. Breng op smaak met zout en peper.
4. Giet het water van de aardappels af. Voeg een klontje boter toe en stamp met een pureestamper tot een grove stampot. Schep een deel van de prei en champignons erdoor, breng op smaak met een beetje mosterd. Serveer de stampot met de rookworst en de overgebleven prei en champignons.

Tip: De stampot wordt extra smeuïg met wat warme melk.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

