

Andijvie-rösti ovenschotel

met worstballetjes

Er zijn verschillende soorten andijvie, maar allemaal hebben ze een licht bittere smaak. Er wordt ook wel eens gezegd: "Bitter in de mond maakt het hart gezond". Andijvie bevat antioxidanten die ervoor zorgen dat ontstekingen worden geremd en het risico op hart- en vaatziekten wordt verminderd.

35 min | 664 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
Andijvie	st	0.5	1	1.5	2
Ui	st	0.5	1	1	2
Champignons	g	100	200	300	300
Runderbraadworst	g	100	200	300	400
Aardappels, kruimig	g	250	500	750	1000
zelf toevoegen:					
Olie	el	1	2	3	4
Kerriepoeder	tl	1	2	3	4
Meel of maizena	g	5	10	15	20
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. Verwarm de oven voor op 200 °C.
2. Was de andijvie in een zeef onder de kraan. Laat heel goed uitlekken en snijd klein. Pel de ui en snijd in ringen. Veeg de champignons schoon en snijd in vieren.
3. Verhit olie in een ruime bakpan. Duw het worstvlees uit het velletje van de braadworst en bak de worstballetjes 2 minuten. Bak de champignons en ui al omscheppend 2 minuten mee en schep alles alvast in de ovenschaal. Bak de kleingesneden andijvie in dezelfde pan totdat deze is geslonken. Laat het vocht er zoveel mogelijk uitlekken en schep het ook in de ovenschaal. Hussel door elkaar en breng op smaak met kerriepoeder, zout en peper.
4. Was intussen de aardappels en rasp grof met een keukenmachine, of met een rasp. Dep de aardappelrasp goed droog met keukenpapier, besprenkel met olie (en eventueel meel of maizena) en breng op smaak met zout en peper.
5. Verdeel de aardappelrasp over de andijvie en de worstballetjes en bak nog eens 15 minuten in de hete oven. Zet eventueel de laatste minuten de ovengrillstand aan voor een krokante bovenkant.

Tip: Het is ook erg lekker wat geraspte kaas over de aardappels te strooien.

Biologisch

info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief