



220 gram  
groenten per  
portie \*

## Braadworst met zoetzure pruimensaus

aardappels en een witlof-rucola salade

Pruimen zijn zó lekker en gezond, dat ze niet mogen ontbreken in onze recepten. Vandaag een AGV'tje 2.0: heerlijke braadworst met aardappeltjes en een salade van witlof en rucola. Erbij: zoetzure pruimensaus. Genieten.

35 min | 774 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, vastkokend	<b>g</b>	250	500	750	1000
Rode ui	<b>st</b>	0.5	1	1.5	2
Pruimen	<b>st</b>	1.5	3	4	6
Runderbraadworst	<b>g</b>	100	200	300	400
Witlof	<b>g</b>	150	300	400	500
Rucola	<b>g</b>	25	50	75	75

*zelf toevoegen:*

Olie	<b>el</b>	1	2	3	4
Balsamicoazijn	<b>el</b>	1	2	2	3
Tijm	<b>tl</b>	0.5	1	1.5	2
Boter	<b>el</b>	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. Was of schil de aardappels en snijd in stukjes. Verhit olie in een bakpan en bak de aardappelstukjes op een middelhoog vuur. Doe de deksel op de pan en bak de blokjes in 25 minuten bruin en gaar. Roer of schud de pan regelmatig en breng op smaak met zout en peper.
2. Pel de ui en snijd in halve ringen. Was de pruimen, verwijder de pit en snijd het vruchtvlees klein.
3. Verhit olie in een bakpan en bak de braadworstjes samen met de ui en pruimen in 10-15 minuten gaar. Schenk op het laatst de balsamicoazijn, boter en een scheutje water erbij voor een zoetzure saus.
4. Verwijder de buitenste blaadjes van de witlof. Haal de blaadjes van de witlof los van elkaar en snijd in de lengte in stroken. Meng met de rucola en besprenkel met olie en azijn.
5. Serveer de witlof met een schep pruimensaus en ernaast de worstjes en gebakken aardappels.

*Tip: Je kunt de losse witlofblaadjes ook kort bakken in een pan.*

Biologisch



info@ekomenu.nl  
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze  
nieuwsbrief

