



330 gram
groenten per
portie *

Zoete aardappelpuree met haloemi in hot honey en herfstgroenten

Hot honey is hot! Super makkelijk om zelf te maken en een geweldige smaakmaker die bij heel veel gerechten past. In dit recept bakken we haloemi (een zoutige schapenkaas) in hot honey. Erbij lekkere herfstgroenten en een smeuijge zoete aardappelpuree.

40 min | 647 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
Gele bietjes	g	100	200	300	400
Palmkool	g	100	200	300	400
Aardappels (kruimig)	g	150	300	450	600
Zoete aardappel	g	150	300	400	600
Haloemie	g	60	120	180	240
Honing stick	st	0.5	1	1	2
Chilivlokken	tl	0.25	0.5	1	1

zelf toevoegen:

Olijfolie en boter	el	1	2	3	4
Gedroogde tijm	tl	0.5	1	1.5	2
Azijn	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. Verwarm de oven voor op 200 °C en zorg dat de oven goed heet is.
2. Schil de bietjes en snijd in dunne plakjes of partjes. Doe ze in een ruime ovenschaal en besprenkel met olijfolie. Breng op smaak met tijm, zout en peper en hussel alles goed door elkaar. Bak de bietjes 25-30 minuten in de voorverwarmde oven. Was de palmkool, snijd het blad van de stelen en dep droog. Scheur het de bladeren grove stukken en meng met olie, zout en peper. Bak de palmkool de laatste 10 minuten met de bietjes mee in de hete oven.
3. Breng intussen een pan met water en een snuf zout aan de kook. Schil alle aardappels (gewone en zoete) en snijd in kleine stukken. Kook de aardappels in 15-20 minuten gaar. Giet het water af en stamp of pureer (eventueel met een klontje boter en/of melk) tot een zachte puree.
4. Snijd de haloemi in blokjes. Verhit olie in een bakpan en bak de haloemi krokant op een hoog vuur. Verdeel de honing en de chilivlokken (naar smaak) over de haloemi en bak nog even totdat het karamelliseert. Haal de pan van het vuur en meng met een beetje azijn voor de smaak.
5. Schep de puree op de borden, samen met de geroosterde groenten en de haloemie met hot honey.

Tip: Je kunt de groenten ook krokant bakken in de oven.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

