



Romige aardappel-bloemkoolgratin

met gerookte spekjes en kaas

De aardappelpuree die je in dit gerecht gaat maken is next level. Door het toevoegen van eidooier en kaas, krijg je een éxtra romige puree, die extra lekker gratineert in de oven. Het kost even de tijd, maar dan heb je daarna wel echt iets heel speciaals! Voor de foto hebben wij bolletjes gemaakt met een ijsschep, maar dat hoef jij natuurlijk niet te doen.

40 min | 830 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)	g	300	600	900	1200
Ui	st	1	2	4	4
Knoflookteen	st	0.5	1	2	2
Bloemkool	st	0.5	1	1	2
Gerookte spekreepjes	g	25	50	75	100
Geraspte kaas	g	40	75	100	150
Eidooier	st	1	2	3	4

zelf toevoegen:

Olie en boter	el	1	2	3	4
Tijm	tl	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, zorg dat de oven goed heet is.
2. Was of schil de aardappels en snijd ze in gelijkmatige stukken. Breng de aardappels aan de kook in gezouten water en kook in 15-20 minuten gaar. Giet af (bewaar kookvocht) en laat even uitdampen.
3. Pel intussen de ui en snijd in ringen. Pel de knoflook en snijd klein. Snijd de bloemkool in kleine roosjes en de stronk in stukjes. Verwarm olijfolie in een bakpan en bak de gerookte spekjes, ui, knoflook en bloemkool 2-3 minuten op hoog vuur. Zet het vuur zacht, voeg de boter toe en laat rustig 15 minuten bakken.
4. Stamp of knijp de aardappels tot een fijne puree en maak deze smeuïg met de eidooiers, een deel van de geraspte kaas, boter en een beetje kookvocht. Meng de ui, spekjes en bloemkool door de puree en schep in een ovenschaal. Strooi tenslotte de rest van de kaas erover en gratineer nog 10 minuten in de hete oven. Zet eventueel de laatste minuut de ovengrillstand aan.

Tip: Je hebt nu het eiwit over van de eieren: maak hier de volgende dag een omelet van opgeklopt eiwit van. Lekker vol eiwitten.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

