

Dry aged bietjes met fregola-risotto

crispy (chili) palmkool en waterkers

Fregola is een charmante parelpasta met een stevige bite. Door deze vooraf te roosteren en vervolgens als risotto te bereiden, krijgt het kerstgerecht een heerlijke, nootachtige smaak. De absolute ster van de avond is een exclusief product: de dry-aged rode biet van de Bietenclub. Dit speciale rijpingsproces geeft de biet een ongekend intense smaak en een robuuste, vlezige structuur. Gekaramelliseerd in sinaasappel en geserveerd met krokante palmkool en crispy chili olie, zet je hiermee iets spectaculairs op tafel!

40 min | 983 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten te sparen door je recepten te bekijken via onze mobiele website

ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		2P	4P	6P	8P
Gele bietjes	g	125	250	375	500
Fregola	g	125	250	375	500
Knoflookteen	st	1	2	2	3
Ui	st	1	2	2	3
Palmkool	g	175	350	525	700
Waterkers	g	50	100	150	200
Dry aged rode bieten	g	1	2	3	4
Sinaasappel	st	0.5	1	1	2
Crispy chili olie (trouble & spice)	mg	10	20	40	60
zelf toevoegen:					
Olie	el	1	2	3	4
Groentebouillon	ml	250	500	750	1000
Witte wijn (deze heb je over van het tussengerecht)	ml	35	70	105	140
Slagroom (deze heb je over van het tussengerecht)	ml	50	100	150	200
Boter	el	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. Verwarm de oven op 200 °C. Verpak de gewassen gele bieten per stuk in aluminiumfolie met olijfolie, peper en zout en pof in 60- 90 minuten gaar. Laat afkoelen en pel de schil eraf.
2. Verwarm de oven op 130 °C. Masseer de gewassen palmkool in met crispy chili olie, verdeel in één laag over een beklede bakplaat en bak in 15-20 minuten krokant. Bestrooi met zout en laat afkoelen. Verwijder de harde steeltjes van de waterkers en meng door de palmkool.
3. Rooster de fregola 3 - 5 minuten goudbruin in een droge bakpan op middelhoog vuur. Blijf goed roeren (omschudden) om aanbranden te voorkomen en zet apart.
4. Bereid de groentebouillon en breng aan de kook. Pel en snipper de knoflook en ui en snijd het restant knolselderij (van het tussengerecht) in stukjes. Fruit de knoflook, ui en knolselderij 4 minuten in een ruime pan met olijfolie. Bak de fregola 1 minuut mee en blus af met de witte wijn. Laat de alcohol verdampen. Voeg de hete groentebouillon lepel voor lepel toe; wacht telkens tot het vocht grotendeels is opgenomen. Kook de fregola in ca. 10 minuten beetgaar. Roer de slagroom erdoor en houd apart.
5. Dep de dry aged rode biet droog. Bak de rode en gepofte gele bieten samen rondom goudbruin in een pan met een klontje boter en olijfolie. Voeg de sinaasappelrasp en het sap toe en bak kort mee om te laten karamelliseren. Breng op smaak met zout en peper en snijd de dry aged bieten en de gele bietjes in plakjes.
6. Schep de fregola op de borden en leg de plakjes rode en gele biet er om en om naast. Serveer met de palmkool en waterkers en maak af met de crispy chili-olie.

Tip: De crispy chili oil, is een bijzondere samenwerking tussen trouble and sp… …et is een echte umamibom geworden: Hatay Chili. kruidnagel. s… …kapoeder. Proef eerst dan weet je hoeveel je moet toevoegen. … …scheppen!

Biologisch

info@ekomenu.nl

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief