



Indische hutspot

met pittige paneer

Hutspot is een heerlijke stampot van wortels, ui en aardappels. Een ideaal gerecht voor in de winter. De hutspot van deze week is wat spannender want we serveren 'm met biologische paneer kaas van onze leverancier Kleinlangevelsloo. Paneer kaas is een heerlijke vleesvervanger uit de Indiase vegetarische keuken. Weer eens wat anders! 'In samenwerking met De Hippe Vegetariër'

30 min | 737 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, zachtkokend	<i>g</i>	250	500	750	1000
Ui	<i>st</i>	1	2	3	4
Wortel	<i>g</i>	125	250	375	500
Pastinaak	<i>g</i>	125	250	375	500
Citroen-kerriepoeder	<i>tl</i>	1	2	2	3
Kurkuma, rasp	<i>tl</i>	0.5	1	1.5	2
Knoflook	<i>st</i>	1	1	2	2
Bosui	<i>bos</i>	0.5	1	1	1
Paneer	<i>g</i>	100	200	300	400
<i>zelf toevoegen:</i>					
Bakolie	<i>el</i>	0.5	1	1.5	2
Sojasaus (of tamari)	<i>el</i>	1	2	3	4
Sambal	<i>tl</i>	0.5	1	1.5	2
Zout en (chili)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. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook. Was of schil de aardappels, snijd klein en kook in 15-20 minuten gaar. Giet daarna het water af, vang een deel van het kookvocht op en zet afgedekt opzij.
2. Pel en snipper de ui. Was of schil de wortel en pastinaak en snijd klein.
3. Verhit olie in een bakpan en fruit de ui 2 minuten. Voeg de wortel en pastinaak toe en bak enkele minuten mee. Breng op smaak met citroen-kerriepoeder, peper en zout. Schil en rasp de kurkuma erboven. Doe een scheutje water erbij en stoof afgedekt beetgaar in 15-20 minuten.
4. Pel intussen de knoflook. Was de bosui en snijd in stukken van 1-2 cm. Snijd de paneer in dobbelsteentjes van 1-2 cm. Verhit olie in een bakpan en bak de paneerblokjes samen met de bosui goudbruin op een middelhoog vuur. Voeg de sojasaus, uitgeperste knoflook en sambal toe en bak nog 5 minuten.
5. Stamp de aardappels grof met een scheutje kookvocht en schep vervolgens de gestoofde groenten erdoor. Breng op smaak met peper en zout. Serveer de stampot met de pittige paneer en bosui.

Tip: Maal van oud brood, knoflook en verse kruiden een kruidenpaneermeel. Druppel een beetje olijfolie erover. Verdeel dit over de hutspot en zet nog eens 10 minuten in de oven op 180 °C voor een krokante bovenlaag.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

