



Klassieke asperges met ei mimosa

gekookte aardappels en ham

Het is weer aspergetijd! Dé tijd van het jaar om te genieten van 'het witte goud'. Het bekende aspergesteken vindt jaarlijks plaats van eind april tot eind juni. Asperges groeien uitstekend in zandgrond. Doordat de grond lossler is, kunnen ze mooi recht groeien. Het doek over de aspergerug (het 'heuveltje' waar de asperges in staan) zorgt voor extra warmte en beschermt tegen de zon. In samenwerking met Frank Fol De Groentekok®.

30 min | 663 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
Asperges	g	300	600	900	1200
Aardappels, vastkokend	g	250	500	750	1000
Ei	st	1	2	3	4
Schouderham	g	50	100	150	200
<i>zelf toevoegen:</i>					
Olie	el	0.5	1	1.5	2
Boter	g	25	50	75	100
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. Breng een ruime pan met water en een snuf zout aan de kook. Schil de asperges rondom met een dunschiller van boven naar beneden en snijd de harde onderkant eraf. Kook de asperges 7-8 minuten en zet dan het vuur uit. Laat afgedekt 10 minuten nagaren in het kookvocht. Laat de asperges daarna heel goed uitlekken.
2. Breng intussen 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 en laat even droog stomen op een laag vuur.
3. Kook de eieren 8 minuten met de aardappels mee. Spoel af onder koud stromend water, verwijder de schil en snijd heel klein en kruimelig. Breng op smaak met zout.
4. Verwarm een steelpan en smelt de boter op een laag vuur (laat de boter niet bruin kleuren). Voeg wat aspergekookvocht toe en breng op smaak met zout en peper.
5. Drapeer de ham op een mooie schaal. Leg de aardappels en asperges erop en verdeel de kleingesneden eieren erover. Schenk de botersaus lauwwarm erover en breng op smaak met zout en peper.

Tip: Van de schilletjes, de onderkantjes en het asperge kookvocht kun je een heerlijke aspergesoep maken. De asperges zijn ook erg lekker met verse peterselie.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

