

Rundervink met rösti

en gekaramelliseerde witlof

Rösti is een aardappel gerecht dat oorspronkelijk uit Zwitserland komt. Daar wordt het voornamelijk in het Duitstalige gebied gegeten. Rösti bestaat altijd uit geraspte aardappel, waaraan je vervolgens andere ingrediënten kunt toevoegen zoals spek, ui, appel of kruiden. Vroeger aten de Zwitserse boeren de rösti als ontbijt. Wij eten de rösti vandaag met rundervink en gekaramelliseerde witlof.

40 min | 660 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 (vastkokend)	g	250	500	750	1000
Ui	st	1	2	2	3
Witlof	g	250	500	750	1000
Verse salie	st	0.25	0.5	1	1
Rundervink	g	100	200	300	400
zelf toevoegen:					
Olijfolie en/of boter	el	1	2	3	4
Honing	tl	1	2	3	4
Balsamicoazijn	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. Schil de aardappels en rasp grof (eventueel in de keukenmachine). Dep het vocht eruit en breng op smaak met zout en peper.
2. Verhit olie en boter in een bakpan en doe de aardappelrasp in de pan, druk het geheel goed aan. Zet het vuur niet te hoog en laat afgedekt 15 minuten garen. Draai de rösti om met behulp van een bord of een platte deksel en bak nog eens 10 minuten zonder deksel. Zorg dat de rösti goudbruin wordt, maar niet verbrandt.
3. Pel de ui en snijd in halve ringen. Was de witlof, snijd in vieren of in zessen. Haal de blaadjes salie van de takjes en snijd fijn.
4. Verhit olie in een kleine bakpan en bak de rundervinken in circa 10 minuten gaar (wil je liever minder pannen gebruiken? Gebruik dan de bakpan van de rösti en houd de rösti even warm onder een bord).
5. Verhit olie in een bakpan en bak de witlof en ui goudbruin in 3-4 minuten. Meng de salie erdoor en breng op smaak met zout en peper. Doe de honing en balsamicoazijn erbij en laat de ui en witlof karamelliseren op middelhoog vuur. Serveer de rösti met de rundervink en gekaramelliseerde witlof en ui.

Tip: Heb je nog kaas over in de koelkast? Rasp deze en meng door de aardappelrasp voor de rösti. Je kunt natuurlijk ook gebakken aardappels maken voor iets minder werk.

Biologisch

info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief