



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 01
2016

Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

Klassieke boerenkoolstamppot met rookworst

De zilveruitjes geven deze traditionele stamppot een verrassende twist

De rookworst is gemaakt van duurzaam varkensvlees. Hij is op traditionele wijze gerookt op snippers van beukenhout en is bij uitstek geschikt voor een stamppot. De boerenkool komt bij boer Tom uit Den Briel vandaan. Op ons blog kun je meer lezen over de herkomst van de boerenkool uit de box.



25-30 min



gemakkelijk



glutenvrij



kindvriendelijk



Cabriz (rood)



Maritima aardappelen



Boerenkool



Rookworst



Uit



Knoflookteen



Zilveruitjes

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Maritima aardappelen (g)	300	600	900	1200	1500	1800
Boerenkool (g) 15)	125	250	375	500	625	750
Rookworst	1	2	3	4	5	6
Ui	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteen	½	1	1½	2	2½	3
Zilveruitjes (g) 15)	40	80	120	160	200	240
Olijfolie (el)*	½	1	1	1 ½	1½	2
Roomboter (el)*	½	1	1½	2	2½	3
Melk*				Scheutje		
Mosterd (tl)*	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*				Naar smaak		

* Zelf toevoegen

Allergenen

15) Kan sporen bevatten van sulfiet en selderij

Benodigheden

Grote pan met deksel, koekenpan, aardappelstamper

Voedingswaarden 791 kcal | 26 g eiwit | 75 g koolhydraten | 40 g vet, waarvan 15 g verzadigd | 10 g vezels



1 Schil of was de aardappelen (maritima) grondig en snijd klein.

Zorg dat de aardappelen net onder water staan in een grote pan met deksel, leg de boerenkool en rookworst bovenop de aardappelen en breng afgedekt aan de kook. Kook de aardappelen en boerenkool in 15 – 20 minuten gaar. Giet daarna af en bewaar een klein gedeelte van het kookvocht.



2 Snijd ondertussen de ui in fijne halve ringen. Snijd of hak de knoflook fijn.

3 Verhit de olijfolie in een koekenpan op middellaag vuur en bak de ui en knoflook 5 – 7 minuten.



4 Haal de rookworst uit de grote pan met deksel. Stamp de aardappelen en boerenkool tot een grove stampot. Voeg de roomboter en een scheutje melk en/of kookvocht toe om het smeugig te maken. Roer de mosterd en helft van de zilveruitjes door de stampot en breng op smaak met peper en zout.



5 Verdeel de boerenkoolstampot over de borden. Garneer met de gebakken uienringen, overige zilveruitjes en serveer met de rookworst.