



Halloumi met aardpeer-spinaziestamppot

Met zongedroogde tomaten



AARDPEER

Aardpeer is familie van de zonnebloem. Deze wortelknol groeit net als een aardappel onder de grond, maar heeft boven de grond een lange steel met een gele bloem, die op de zonnebloem lijkt. De aardpeer zelf lijkt qua uiterlijk een beetje op een gemberwortel, maar hij smaakt licht zoet en nootachtig.



Milva aardappelen



Aardperen



Verse tijm ✨



Zongedroogde tomaten ✨



Halloumi ✨



Spinazie ✨

 Totaal: **35-40** min.  Discovery

 Gemakkelijk  Veggie

 Eet binnen **3** dagen

Aardpeer doet vanwege zijn zoete, nootachtige smaak wel wat denken aan artisjok. Niet voor niets wordt hij ook wel Jeruzalem-artisjok genoemd. Aardpeer smaakt goed met kaas, bijvoorbeeld komijnekaas of in dit geval halloumi. Deze kaas blijft mooi stevig als je hem bakt en krijgt een goudbruin korstje.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, wok of hapjespan met deksel, koekenpan en aardappelstamper.

Laten we beginnen met het koken van de **halloumi met aardpeer-spinaziestamppot**.



1 KOKEN

Schil de **aardappelen** (milva) en de **aardperen** en snijd in even grote, grove stukken. Zorg dat de **aardappelen** en de **aardperen** net onder water staan in een pan met deksel, breng afgedekt aan de kook en laat 12 – 15 minuten zachtjes koken. Giet daarna af, bewaar een beetje kookvocht en laat zonder deksel uitstomen.



4 HALLOUMI BAKKEN

Verhit ondertussen de olijfolie in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de halloumi 2 – 3 minuten per kant ★.

★ TIP

Zorg ervoor dat de halloumi tegelijkertijd met de stamppot klaar is. Halloumi smaakt namelijk net nadat het gebakken is het lekkerste. Als je halloumi te lang laat staan, wordt het taai.



2 SNIJDEN

Ris ondertussen de **tijmblaadjes** van de takjes. Halveer de helft van de **zongedroogde tomaten** en snijd de overige **tomaten** in kleine stukjes. Snijd de **halloumi** in plakken van ½ cm dik en snijd de **spinazie** klein.



5 OP SMAAK MAKEN

Stamp de **aardappelen** en **aardpeer** met een aardappelstamper tot een grove puree. Voeg de overige roomboter en een scheutje kookvocht toe om het smeugig te maken. Roer de mosterd door de puree en breng op smaak met peper en zout. Proef en breng eventueel verder op smaak. Voeg de gebakken **spinazie** aan de stamppot toe, roer door en voeg als laatste de overige rauwe **spinazie** toe ★★.



3 SPINAZIE BAKKEN

Verhit ½ el van de roomboter per persoon in een wok of hapjespan op middelhoog vuur en bak de **tijm** met het grootste deel van de **spinazie** 3 – 4 minuten. Voeg de stukjes **zongedroogde tomaten** toe, bak nog 1 minuut en breng op smaak met peper en zout. Houd afgedekt warm.



6 SERVEREN

Verdeel het gerecht over de borden, garneer met de gehalveerde **zongedroogde tomaten** en serveer met de **halloumi**.

★★ TIP

Zit er nog wat olie bij de zongedroogde tomaten? Meng dit dan door de puree.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Milva aardappelen (g)	250	500	750	1000	1250	1500
Aardperen (g)	100	200	300	400	500	600
Verse tijm (takjes) 23) *	3	6	9	12	15	18
Zongedroogde tomaten (g) *	35	60	90	120	150	180
Halloumi (g) 7) *	60	125	190	250	315	375
Spinazie (g) 23) *	100	200	300	400	500	600
Roomboter* (el)	1½	3	4½	6	7½	9
Olijfolie* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Mosterd* (tl)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*	naar smaak					

*Zelf toevoegen | * in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3724 / 890	594 / 142
Vet totaal (g)	47	7
Waarvan verzadigd (g)	23,7	3,8
Koolhydraten (g)	85	14
Waarvan suikers (g)	9,4	1,5
Vezels (g)	10	2
Eiwit (g)	27	4
Zout (g)	2,4	0,4


ALLERGENEN

7) Melk/lactose

Kan sporen bevatten van: 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

   #HelloFresh

 Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).

www.hellofresh.nl

www.hellofresh.be

WEEK 47 | 2017

