










Meiraappuree met varkensworst

Met babyspinazie, champignons en hazelnoten



-  Kruimige aardappelen
-  Meiraap ✨
-  Sjalot
-  Champignons ✨
-  Hazelnoten
-  Appel-zwartepeper varkensworst ✨
-  Babyspinazie ✨

 Totaal: **30-35** min.  Glutenvrij

 Gemakkelijk

 Eet binnen **3** dagen

De meiraap, knolraap of meiknol heeft een mooie paarse kleur en komt qua smaak in de buurt van radijs, fris en licht pittig. Een smaak die hier goed bij past is de friszoete smaak van appel, die samen met zwarte peper verwerkt zit in de varkensworst van Brandt en Levie.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, koekenpan 2x, saladekom, rasp, dunschiller, aardappelstamper.

Laten we beginnen met het koken van de **meiraappuree met varkensworst**.



1 VOORBEREIDEN

Schil de **aardappelen** en de **meiraapjes** en snijd beide in grove stukken. Zorg dat de **aardappelen** en **meiraapjes** net onder water staan in een pan met deksel, breng afgedekt aan de kook en laat 15 – 18 minuten zachtjes koken. Giet daarna af en laat zonder deksel uitstomen.



2 SNIJDEN

Snipper de **sjalot**. Halveer de **champignons** en snijd de eventuele grotere **champignons** in kwarten. Hak de **hazelnoten** grof.



3 VARKENSWORST BAKKEN

Verhit ondertussen ½ eetlepel roomboter per persoon in een koekenpan met deksel op middelhoog vuur en bak de **varkensworst** in 3 – 4 minuten rondom bruin. Dek vervolgens de pan af en bak 8 – 10 minuten op laag vuur. Keer regelmatig om.



4 GROENTEN BAKKEN

Verhit ondertussen een andere koekenpan op middelhoog vuur en bak de **hazelnoten**, zonder olie, goudbruin. Haal uit de pan en bewaar apart. Verhit de olijfolie in dezelfde koekenpan en fruit de **sjalot** 2 – 3 minuten op middelmatig vuur. Voeg de **champignons** erbij en roerbak nog 5 – 7 minuten. Breng op smaak met peper en zout.



5 OP SMAAK MAKEN

Meng ondertussen in een saladekom de **babyspinazie** met de extra vierge olijfolie en ¼ tl wittewijnazijn per persoon. Breng op smaak met peper en zout. Stamp de **aardappelen** en **meiraapjes** tot een grove puree, meng met 1½ el roomboter per persoon en een scheutje melk om het geheel smeugig te maken. Breng op smaak met peper en zout.



6 SERVEREN

Haal de **varkensworst** uit de koekenpan en schenk 50 ml water per persoon en ½ bouillonblokje per persoon in de pan. Verhit kort tot een jus en voeg eventueel meer water toe als je meer jus wilt. Verdeel de **puree** over de borden, leg de **varkensworstjes** ernaast en schenk de jus over de **puree**. Schep de **babyspinazie** ernaast en de gebakken **champignons** op de **spinazie**. Garneer het hele gerecht met de **hazelnoten**.

1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Kruidige aardappelen (g)	200	400	600	800	1000	1200
Meiraap (g) *	100	200	300	400	500	600
Sjalot (st)	½	1	1½	2	2½	3
Champignons (g) *	125	250	375	500	625	750
Hazelnoten (g) 8) 19) 25)	5	10	15	20	25	30
Appel-zwarthepeper varkensworst (100 g) *	1	2	3	4	5	6
Babyspinazie (g) *	50	100	150	200	250	300
Zelf toevoegen						
Roomboter (el)	2	4	6	8	10	12
Olijfolie (el)	1	2	3	4	5	6
Extra vierge olijfolie (el)	1	1½	2	2½	3	3½
Wittewijnazijn (tl)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Runderbouillonblokje (st)	⅛	¼	⅜	½	⅝	¾
Melk	scheutje					
Peper & zout	naar smaak					

* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g

	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3600 / 861	537 / 128
Vet totaal (g)	63	9
Waarvan verzadigd (g)	29,0	4,3
Koolhydraten (g)	47	7
Waarvan suikers (g)	8,7	1,3
Vezels (g)	9	1
Eiwit (g)	23	3
Zout (g)	2,6	0,4


ALLERGENEN

8) Noten

Kan sporen bevatten van: 19) Pinda's 25) Sesam

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).