



WINEBOX

Masan rosé

In dit heerlijke vegetarische gerecht proef je de kruidige rozemarijn. Die kruidigheid proef je ook in deze rosé. Een goede combinatie dus!



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 41
2016

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

Portobello's uit de oven met geitenkaas en walnoten

Met verse rozemarijn

De portobello is een paddenstoel met een chique naam. Het is een grote versie van de kastanjechampignon en door zijn forse afmeting heel geschikt om te vullen. In dit gerecht doe je dat met geitenkaas. Even in de oven en je hebt, naast een heerlijk gerecht, ook nog een prachtig plaatje.

bewaar in de koelkast



30-35 min



gemakkelijk



eet binnen
5 dagen



vegetarisch



kind-
vriendelijk



glutenvrij



Verse rozemarijn



Bladpeterselie



Portobello



Geitenkaas



Aubergine



Roseval aardappelen



Rode ui



Walnoten

Ingrediënten

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Aubergine	½	1	1½	2	2½	3
Roseval aardappelen (g)	300	600	900	1200	1500	1800
Verse rozemarijn (takjes) 23)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Rode ui	½	1	1½	2	2½	3
Portobello	2	4	6	8	10	12
Geitenkaas (g) 7)	40	75	100	125	150	175
Walnoten (g) 8) 19) 22)	20	40	60	80	100	120
Bladpeterselie (takjes) 23)	2	4	6	8	10	12
Olijfolie (el)*	1	2	3	4	5	6
Honing (tl)*	½	1	1½	2	2½	3
Extra vierge olijfolie*				Naar smaak		
Peper & zout*				Naar smaak		

* Zelf toevoegen

Allergenen

7) Melk/lactose **8)** Noten
Kan sporen bevatten van
19) pinda's, **22)** (andere)
noten en **23)** selderij.

Benodigheden

Bakplaat met bakpapier,
wok of hapjespan met
deksel

Voedingswaarden 675 kcal | 19 g eiwit | 69 g koolhydraten | 33 g vet, waarvan 8 g verzadigd | 12 g vezels



1 Verwarm de oven voor op 200 graden. Halveer de aubergine in de lengte, snijd in halve plakken van ½ cm en verdeel over een bakplaat met bakpapier. Besprenkel met de helft van de olijfolie, breng op smaak met peper en zout en bak 30 minuten in de oven.



2 Was ondertussen de aardappelen (roseval) grondig, snijd de aardappelen in smalle parten. Ris de rozemarijnblaadjes van de takjes en hak fijn. Verhit de overige olijfolie in een wok of hapjespan met deksel en bak de aardappelen met de helft van de rozemarijn, afgedekt, 25 - 30 minuten op middelmatig vuur. Breng op smaak met peper en zout. Haal in de laatste 5 minuten de deksel van de pan.



3 Snijd ondertussen de rode ui in ringen en vul de open kant van de portobello met de geitenkaas. Besprenkel met honing.

4 Haal na 15 minuten de bakplaat uit de oven, schep de aubergineplakken om en leg de portobello's en rode ui ertussen. Bestrooi de groenten met de overige rozemarijn en besprenkel eventueel met extra olijfolie. Plaats de bakplaat terug in de oven.

5 Hak ondertussen de walnoten grof. Strooi de walnoten in de laatste 5 minuten over de bakplaat met groenten. Hak de peterselie grof.

6 Verdeel de aardappelen en portobello's met ovengroenten over de borden. Garneer met de peterselie en besprenkel naar smaak met extra vierge olijfolie.



Tip! Weinig tijd? Snijd dan de portobello's, aubergine en ui in plakken en bak in een wok of hapjespan 8 minuten op middelmatig vuur. Garneer vervolgens met kaas en serveer.