



Savooiekoolstoof met gnocchi

met spinaziesalade en gremolata



ca. 40min



2 personen

Dit gerecht is comfort in een kom: een verwarmende vegetarische stoof met boterbonen, verse savooiekool en geurige salie. Voor een extra vol en voldaan gevoel voeg je er nog een portie gnocchi aan toe. Je maakt het af met een gremolata van peterselie en serveert het met spinaziesalade met walnoten.

Wat je van ons krijgt

- 1 savooiekool
- 15g verse kruidenmix: platte peterselie & salie
- 2 tenen knoflook
- 1 blikje biologische tomatenpuree
- 1 blik biologische boterbonen
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 500g gnocchi ¹
- 25g walnoten ¹⁵
- 1 onbehandelde citroen
- 100g babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- middelgrote kookpan
- kleine koekenpan
- knoflookpers
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

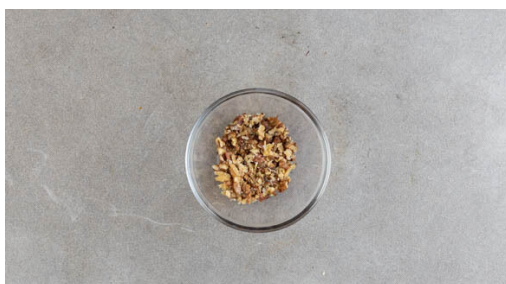
Voedingswaarde per portie

calorieën 905kcal, vet 33.4g, koolhydraten 115.3g, eiwit 30.3g



1. Ingrediënten voorbereiden

Halveer de **savooiekool**, verwijder de harde stronk en snijd **een helft** in dunne reepjes. De **andere helft** gebruiken we hier niet. Pluk de **salieblaadjes** van de steeltjes. Pel de **knoflook** en snijd of pers heel fijn.



4. Walnoten roosteren

Breng in een tweede middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **gnocchi**. Verhit een kleine, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **walnoten** 1-2min. **Let op**, ze kunnen snel verbranden. Neem uit de pan, laat afkoelen en hak ze dan grof.



2. Savooiekool bakken

Verhit een middelgrote kookpan op laag vuur met 2el olijfolie. Bak de **salieblaadjes** tot de olie begint te borrelen. Bak de **salie** nog ca. 1min en voeg dan de **savooiekool** en de **helft van de knoflook** toe. Bak ca. 3min mee op middelhoog vuur en roer regelmatig.



5. Gremolata maken

Rasp de **citroenschil** en pers het **sap** uit. Hak de **peterselie incl. steeltjes** fijn en meng met de **citroenrasp** en de **rest van de knoflook** tot een **gremolata**. Klop een **dressing** van 1el **citroensap**, 1el olijfolie en een snuf peper en zout. Meng de **dressing** met de **spinazie** en de **helft van de gremolata**.



3. Groente stoven

Voeg de **tomatenpuree** toe en bak ca. 1min mee. Spoel de **bonen** af in een zeef en laat uitlekken. Voeg de **bonen**, 300-400ml heet water en de **helft van het bouillonpoeder** toe aan de pan. Dek af en laat de **kool** 12-15min op medium tot hoog vuur stoven. Proef en breng verder op smaak met meer **bouillonpoeder**, peper en zout.



6. Gnocchi koken

Voeg de **gnocchi** toe aan het kokende water en kook 2-3min, tot ze boven komen drijven - nu zijn ze gaar. Laat uitlekken in een vergiet en voeg toe aan de **stoof**. Verdeel de **savooiestoof** over diepe borden en garneer met de **rest van de gremolata**. Bestrooi de **spinaziesalade** met de **walnoten** en serveer bij de **stoof**.