



Stroganoff met vegaworstjes

en basmatirijst met verse kruiden



ca. 25min



2 personen

We vragen ons af wat de Stroganoffs van onze variant op dit bekende Russische vleesgerecht zouden vinden. Hun invloedrijke familienaam was namelijk een belangrijke inspiratiebron voor de uitvinder. Wij zijn in ieder geval blij met deze lekker hartige vegavariant, die vol zit met champignons, prei en natuurlijk vegaworst. De romige smaak komt van sojaroomb en de mosterd zorgt voor een lekkere kick.

Wat je van ons krijgt

- 200g basmatirijst
- 1x champignons
- 1 prei
- 1 teen knoflook
- 1 pakje vegetarische worstjes^{1,3,6}
- 1 zakje milde mosterd¹⁰
- 1 zakje zoet paprikapoeder
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 pakje sojaroom⁶
- 20g verse kruidenmix: bieslook & platte peterselie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan
- waterkoker
- maatbeker
- zeef

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 842kcal, vet 31.5g, koolhydraten 110.0g, eiwit 31.8g



1. Rijst koken

Breng 400ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Draai het vuur laag, doe een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



4. Stroganoff afmaken

Voeg **1tl mosterd**, **1tl paprikapoeder**, de **helft van het bouillonpoeder** en 50-100ml water aan de pan toe en roer door. Laat ca. 5min zachtjes koken. Roer de **helft van de sojaroom** door de **groentesaus** en stoof nog 3-4min tot de **stroganoff** iets is ingedikt. Breng op smaak met meer **paprikapoeder**, **mosterd**, zout en peper naar wens.



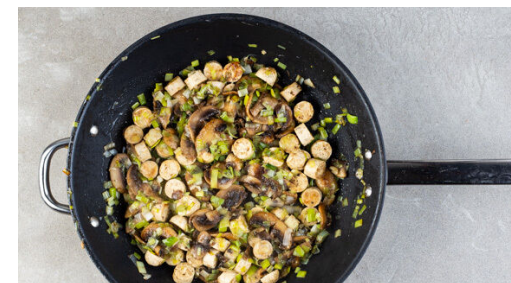
2. Groenten snijden

Snijd de **champignons** in plakjes en de **prei** in halve ringen. Pel en hak de **knoflook** fijn.



5. Kruiden hakken

Hak de **peterselie** zonder harde steeltjes fijn en snijd of knip de **bieslook** in ringetjes.



3. Groenten en worst bakken

Dep de **worstjes** droog en snijd ze in stukjes van ca. 1cm. Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olie en bak de **worstjes** en **knoflook** 1-2min. Voeg de **champignons** en **prei** toe en bak nog 5-6min. Blus af met 1-2tl azijn.



6. Rijst afmaken

Roer **2/3e van de verse kruiden** door de **rijst** en breng op smaak met een snufje peper. Serveer de **rijst** met de **stroganoff** en bestrooi met de **rest van de verse kruiden**.