

Speculaas-gehaktstoof

met aardappelpuree en spruitjes



Cooking Time



2 personen

Wat je van ons krijgt

- verse kruidenmix: peterselie & selderij ⁹
- ui
- runderbouillonblokje
- wortel
- rundergehakt
- kruimige aardappels
- speculaaskruiden
- spruitjes

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- boter ⁷
- peper en zout

Kookgerei

- aardappelstamper
- maatbeker
- middelgrote koekenpan
- middelgrote kookpan met deksel
- vergiet
- waterkoker of kookpan

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

Kooktip

Halveer eventueel grotere spruitjes, zo stoven die makkelijker gaar.

Allergenen

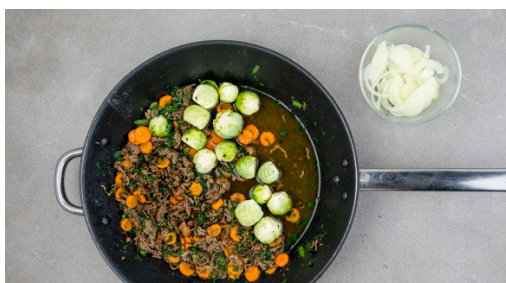
melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



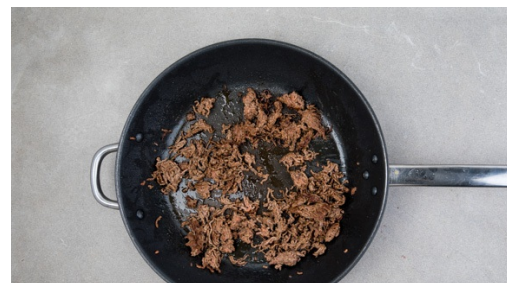
1. Aardappels koken

Breng water in een waterkoker aan de kook. Schil de **aardappels** en snijd ze in grove stukken. Doe de **aardappelstukken** met 1/2tl zout in een middelgrote kookpan. Vul de pan met genoeg gekookt water zodat de **aardappels** onderstaan. Breng het geheel aan de kook en kook de **aardappels** in 15-20min gaar. Vang bij het afgieten een kopje **kookwater** op voor stap 6.



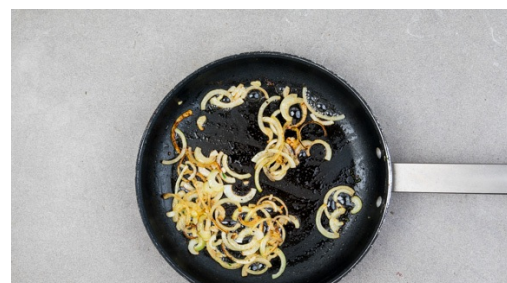
4. Stoof maken

Voeg 250ml water aan de gehaktpan toe en verkruiemel er **3/4e van het bouillonblokje** over. Breng op smaak met peper en kook afgedekt met een deksel 5min. Pel, halveer en snijd de **ui** in dunne, halve ringen. Voeg de **spruitjes** aan de pan toe (**zie kooktip, links**) en kook 4-6min tot de **spruitjes** beetgaar zijn. Kook 1-2min langer voor zachtere **spruitjes**.



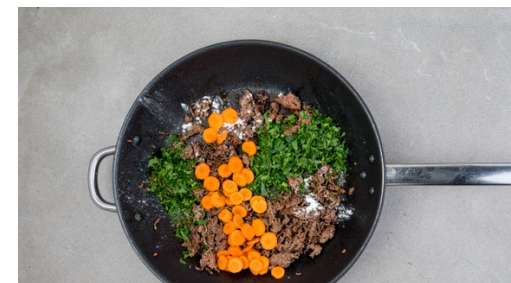
2. Gehakt bakken

Smelt 1el boter in een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en bak het **gehakt** met de **helft van de speculaaskruiden** 4-5min tot het gaar en goudbruin is.



5. Ui bakken

Smelt intussen 1el boter in een tweede middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **ui** 1-2min. Zet het vuur middellaag, bestrooi met een snuf zout en roerbak 5-7min totdat de **ui** zacht en goudbruin is.



3. Wortel toevoegen

Hak intussen de **verse kruiden** zonder hardere steeltjes fijn. Boen de **wortel** schoon en snijd hem in schijfjes. Voeg de **helft van de verse kruiden**, 1el meel of bloem en de **wortelschijfjes** aan de gehaktpan toe en roerbak nog 2min.



6. Aardappelpuree maken

Stamp de **aardappels** met een scheut **kookwater**, 1/4tl zout en 1-2el boter tot een gladde **puree**. Voeg indien nodig meer **kookwater** toe. Roer 1el azijn door de **gehaktstoof**. Proef en breng de **puree** en **stoof** evt. op smaak met meer zout en peper. Serveer de **puree** met de **gehaktstoof** en **gebakken ui**. Bestrooi met de **rest van de verse kruiden**.