



<10min: Limburgs stoofvlees

met rode kool en voorgegaarde rijst



2-5min



2 personen

Langzaam gestoofd volgens Limburgs recept met de kruidige smaken van kruidnagel en kaneel. Geserveerd met rode kool en voorgegaarde rijst. Heerlijk, voedzaam en op tafel in minder dan 10 minuten.

Wat je van ons krijgt

- 1x Limburgs stoofvlees ⁶
- 1x voorgegaarde witte rijst

Wat je thuis nodig hebt

- zout

Kookgerei

- magnetron
- 2 middelgrote koekenpannen

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

Allergenen

soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 383kcal, vet 5.0g, koolhydraten 58.8g, eiwit 21.8g

1

1. Stoof & kool opwarmen

Doe het **stoofvlees** en de **rode kool** elk in een middelgrote koekenpan en verwarm al roerende ca. 5min op middelhoog vuur, tot alles helemaal opgewarmd is. Je kunt het **stoofvlees** en de **rode kool** ook in de magnetron opwarmen. Prik gaatjes in de folie en verwarm ca. 5min op 900W.

2

2. Rijst opwarmen

Open het deksel van de **rijstbeker** tot aan de stippellijn en verwarm de **rijst** 2min in de magnetron. **Tip:** als je geen magnetron hebt, kun je de **gesloten rijstbeker** ca. 10min in een pan met kokend water verwarmen.

3

3. Afmaken en serveren

Breng het **stoofvlees** en de **rode kool** evt. op smaak met zout en serveer met de **rijst**.

Recyclen

4. Recyclen

Controleer de plaatselijke recyclingrichtlijnen om de verpakking zo verantwoord mogelijk weg te gooien.

Beoordelen

5. Nu beoordelen!

Jouw feedback is belangrijk omdat het ons helpt onze recepten en ons aanbod te verbeteren, en meer te leveren van wat jij lekker vindt. Dus wees niet verlegen – beoordeel elk recept uit ons menu dat je hebt geprobeerd!



6. Zin in een extraatje?

Heb je de lekkernijen in onze Markt al ontdekt? Wat dacht je van verfrissende kombucha of heerlijke brownies, DIY-kits voor snelle **muffins** of verse ingrediënten voor bijgerechten zoals een kleurrijke salade. Bekijk onze selectie en maak je volgende maaltijd extra speciaal!