



Mediterraanse stamppot

met spekjescrunch en amandelen



ca. 25min



2 personen

Stamppot in de herfst? Dat is toch echte winterkost? Think again! Stamppotten kun je het hele jaar door eten, als je de ingrediënten maar aanpast aan het seizoen. Daarom vandaag een stamppot van sperziebonen en paprika. En door Mediterraanse kruiden in je stamppot te verwerken, waan je je nog even lekker in Zuid-Frankrijk. De crunch van spekjes en amandelen maakt het af. Herfststamppot it is!

Wat je van ons krijgt

- 1x voorgesneden kruimige aardappels
- 1 zakje amandelen ¹⁵
- 5g verse krulpeterselie
- 1 teen knoflook
- 1 ui
- 1x spekjes
- 1x sperziebonen
- 1 paprika
- 1 blokje Italiaanse harde kaas ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- boter ⁷

Kookgerei

- waterkoker
- maatbeker
- middelgrote kookpan
- grote koekenpan of wok met deksel
- fijne keukenrasp
- aardappelstamp

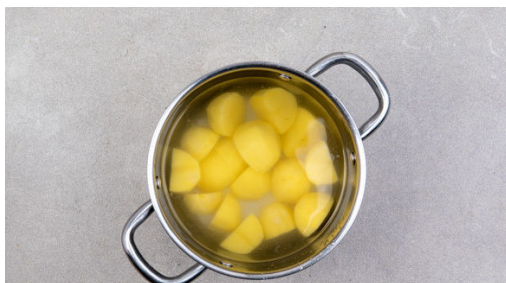
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

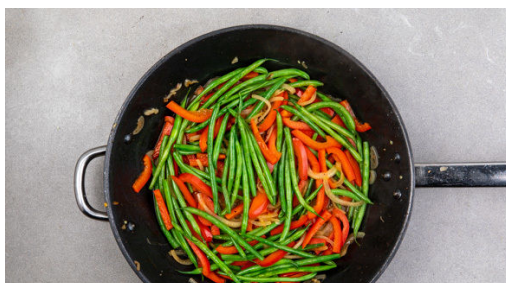
Voedingswaarde per portie

calorieën 615kcal, vet 31.4g, koolhydraten 52.0g, eiwit 24.0g



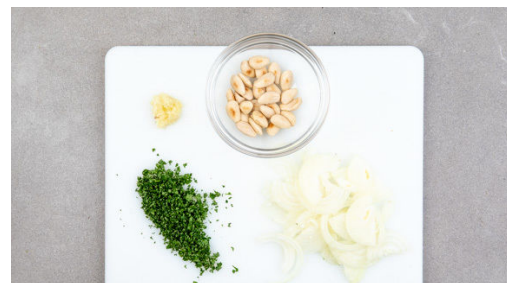
1. Aardappels koken

Breng water in een waterkoker aan de kook. Doe de **aardappels** met 1/2tl zout in een middelgrote kookpan en voeg genoeg gekookt water toe totdat de **aardappels** onderstaan. Breng het geheel aan de kook en kook de **aardappels** in ca. 15min gaar. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op.



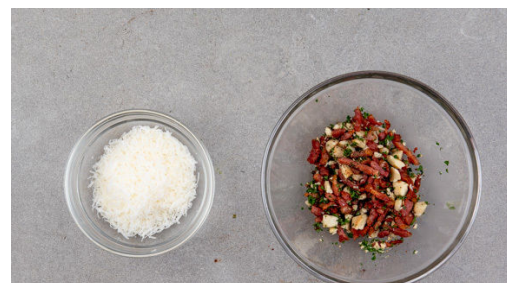
4. Groenten bakken

Bak de **sperziebonen** in de pan met **spekvet** 4-5min op middelhoog-hoog vuur tot ze goudbruin zijn. Voeg dan de **paprika, ui, knoflook, peterseliesteeltjes** en 150ml water toe. Stoof de **groenten** met een deksel afgedekt 4-5min op middellaag vuur. Neem de deksel van de pan en roerbak 1-2min tot het water is verdampt en de **sperziebonen** gaar zijn.



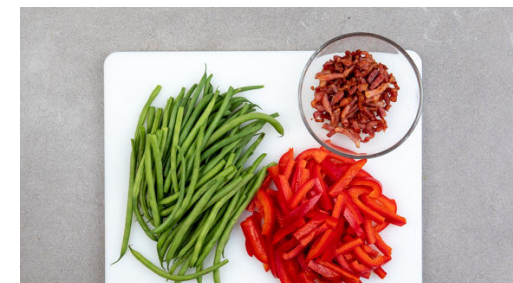
2. Smaakmakers voorbereiden

Verhit een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur en rooster de **amandelen** in 2-3min goudbruin. Let op, de **noten** kunnen snel verbranden! Neem de **noten** uit de pan en zet opzij. Hak de **peterselie** fijn, houd de **steeltjes** en **blaadjes** apart. Pel en hak de **knoflook** fijn. Pel, halveer en snijd de **ui** in dunne, halve ringen.



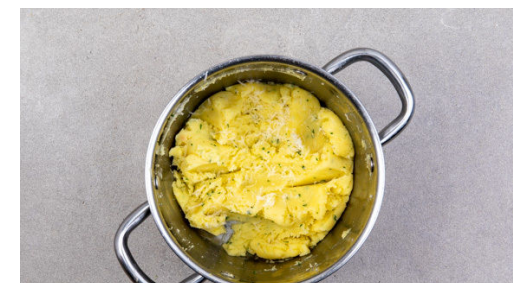
5. Toppings voorbereiden

Hak de **amandelen** grof en meng ze in een kommetje met de **spekjes**, de **helft van de peterselieblaadjes** en peper naar smaak. Rasp de **kaas** fijn.



3. Ingrediënten voorbereiden

Verhit de notenpan op middelhoog vuur en bak de **spekjes** in 3-4min goudbruin en krokant. Schep de **spekjes** op een bord, laat het **spekvet** in de pan. Dop de **sperziebonen**. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in reepjes. Snijd de **reepjes** vervolgens doormidden.



6. Puree maken

Stamp de **aardappels** met een scheut **kookwater**, 1/4-1/2tl zout, 1el boter, de **helft van de kaas** en de **rest van de peterselie** tot een **gladde puree**. Voeg zo nodig meer **kookwater** toe. Schep de **aardappelpuree** en **groenten** op en verdeel de **spekjes-amandeltopping** en de **rest van de kaas** erover.