



Hartige bonenschotel met spek

en cherrytomaten met brood



20-30min



2 personen

Wanneer de temperaturen zakken, kijken we reikhalzend uit naar deze heerlijke bonenschotel met spek. In deze bonenschotel hebben we allerlei heerlijkheden verstopt: licht zoete prei, malse blaadjes spinazie, sappige cherrytomaten en hartige borlottibonen. Wist je trouwens dat deze bonen vanwege hun rood-witte spikkelige tekening in Nederland kievitsbonen worden genoemd? Een leuke fun fact voor aan de eettafel!

Wat je van ons krijgt

- 1x spekjes
- 1 teen knoflook
- 10g verse basilicum
- 1x preiringen
- 1x babyspinazie
- 1 blik borlottibonen
- 1x cherrytomaten
- 2 blokjes Italiaanse kaas ⁷
- 2 pistolets ^{1,6}

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout

Kookgerei

- oven
- middelgrote ovenschaal
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- zeef
- fijne keukenrasp

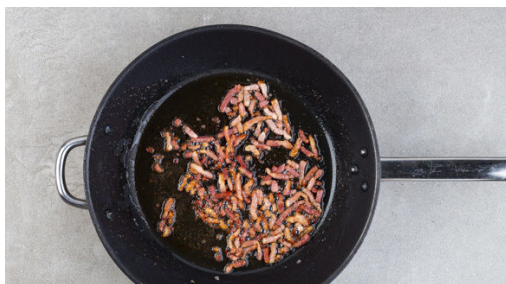
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 650kcal, vet 22.7g, koolhydraten 69.8g, eiwit 36.5g



1. Spek bakken

Verwarm de oven voor op 220°C. Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **spekjes** in 4-5min krokant.



2. Smaakmakers snijden

Pel en hak de **knoflook** fijn. Pluk de **basilicumblaadjes**, snijd ze grof en doe de steeltjes weg.



3. Groenten bakken

Voeg de **preiringen** aan de spekpan toe en bak de **prei** in 3-4min al af en toe roerend zacht. Voeg de **knoflook** toe en bak 30sec mee. Doe dan telkens handje voor handje de **babyspinazie** in de pan en bak al roerend totdat de **blaadjes** geslonken zijn. Proef en breng de **groenten** op smaak met peper en evt. zout.



4. Bonen mengen

Giet de **bonen** in een zeef af en spoel ze om met koud water. Meng de **bonen** in een grote kom met de **cherrytomaten**, **gebakken spek**, **groenten** en **2/3e van de basilicum**. Verdeel de **vulling** over een middelgrote ovenschaal.



5. Schotel bakken

Rasp de **kaas** boven de **ovenschtel** fijn. Bak de **schotel** 15-20min in de oven tot de **kaas** gesmolten en goudbruin is.



6. Brood afbakken

Leg de **pistolets** op een bakplaat met bakpapier en bak ze in ca. 6min goudbruin. Laat het **brood** dan iets afkoelen en snijd het in sneetjes. Scheur de **rest van de basilicum** boven de **ovenschtel**. Serveer de **schotel** met het **brood**.