



Kruidige paddenstoelenstoof op ovenfriet

en salade met appel en kaas



30-40min



2 personen

Het Vlaamse patatje stoof is niet bepaald een vega-vriendelijk gerecht, dus wij hebben er een vegetarische variant op gemaakt. De stoof blijft karakteristiek vlezig, dankzij de hartige paddenstoelen, kruidige rozemarijn en tijm en de extra dosis umami van het porcini-poeder. Voor een frisse tegenhanger maak je er een salade van groene appel en pittige kaas bij.

Wat je van ons krijgt

- 2 netjes kruimige aardappels
- 250g champignons
- 15g verse kruidenmix: platte peterselie, rozemarijn en tijm
- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- 1 zakje gemalen porcini
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 100g mesclun
- 1 groene appel
- 1 blokje harde kaas ^{3,7}

Wat je thuis nodig hebt

- boter ⁷
- bloem ¹
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- 2 bakplaten met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- maatbeker

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 803kcal, vet 37.0g, koolhydraten 99.7g, eiwit 19.1g



1. Friet bakken

Verwarm de oven voor op 210°C hetelucht. Schrob en snijd **3/4e van de aardappels incl. schil** in vingerdikke staafjes. (Gebruik de rest in een ander recept.) Verdeel de **friet** over 2 bakplaten met bakpapier en bestrooi met 1tl zout en een snuf peper. Bak 15min in de oven en schep dan om met 1el olijfolie. Verwissel de bakplaten en rooster nog 15min op 230°C, tot de friet gaar en goudbruin is.



4. Stoof maken

Voeg 1tl boter en 1tl bloem toe en roer door. Voeg 175ml water toe, met het **porcinipoeder** en het **bouillonpoeder**. Draai het vuur laag en laat 7-8min sudderen, tot de **saus** wat ingedikt is. Proef of je nog zout en peper wil toevoegen.



2. Groenten snijden

Borstel de **champignons** schoon en snijd ze in plakjes. Hak de **peterselie incl. steeltjes** fijn. Pel en hak de **ui** en de **knoflook** fijn.



5. Salade maken

Verwijder het klokhuis en snijd de **appel** in dunne plakjes. Rasp de **kaas** grof. Maak een dressing van 2el olijfolie, 1el azijn en een snuf zout en peper. Meng de **dressing** vlak voor het serveren met de **mesclun**, de **appel** en de **kaas**.



3. Champignons bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Voeg de **champignons**, **ui** en **knoflook** toe en bak 2-3min. Schep zo min mogelijk om, dan kunnen de **champignons** mooi bruinen. Bind de **rozemarijn** en **tijm** tot een bundel met keukentouw en voeg toe aan de pan.



6. Serveren

Vis het **kruidenbundeltje** uit de pan en serveer de **champignonstoof** bovenop de friet. Bestrooi met de **peterselie** en serveer met de **salade**.