



Stamppotgratin van broccoli

met gegrilde ui en kaas



30-40min



2 personen

Stamppot is een traditioneel Hollands gerecht dat aardappels en groenten als basis heeft. Afhankelijk van de groentekeuze krijgt het een eigen naam: stoemp, hete bliksem, blauwe Jan... De oorsprong is niet helemaal zeker, maar volgens historici stond dit type gerecht al in de Middeleeuwen op het menu. Vandaag maak je een variant die in de oven gebakken wordt. Mét gesmolten kaas en gegrilde rode ui.

Wat je van ons krijgt

- 10g verse kruidenmix: rozemarijn & tijm
- 2 rode uien
- 1 pastinaak
- 1 netje kruimige aardappels
- 25g walnoten ¹⁵
- 1x broccoli
- 100g pizzakaas ⁷
- 1 zakje cajunkruiden ¹⁰
- 25g panko ¹

Wat je thuis nodig hebt

- boter ⁷
- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- oven met ovenschaal
- bakplaat met bakpapier
- grote kookpan
- dunschiller
- aardappelstamper
- zeef of vergiet

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), mosterd (10), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 859kcal, vet 44.3g, koolhydraten 75.8g, eiwit 31.4g



1. Uien roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Breng ruim gezouten water in een grote kookpan aan de kook. Pluk de **tijmblaadjes**. Pel en snijd de **uien** in partjes. Leg ze op een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el olijfolie, de **tijm** en een snuf zout en peper. Bak in 20-25min gaar en licht krokant in de oven.



4. Broccoli garen

Voeg na 10min koken de **broccoli** aan de kookpan toe. Kook alles nog 5-7min totdat de **groenten** en **aardappels** gaar zijn. Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op en doe de alles terug in de pan.



2. Aardappels koken

Schil de **pastinaak** en **aardappels** en snijd beide in grove stukken. Voeg deze aan de pan met kokend water toe en kook ca. 10min.



5. Stamppot maken

Voeg de **helft van de walnoten**, een handvol **kaas**, 2el boter, de **cajunkruiden** en een flinke snuf zout en peper aan de pan toe. Stamp de **groenten** zo glad mogelijk en voeg evt. een scheutje **kookwater** toe. Neem de bakplaat met de geroosterde **ui** uit de oven en verhoog de temperatuur naar 245°C (225°C hetelucht).



3. Ingrediënten voorbereiden

Pluk de **rozemarijnnaaldjes** en hak ze fijn. Hak de **walnoten** grof. Snijd de **broccoli** in hapklare roosjes. Schil en snijd de **stam** in blokjes.



6. Stamppot gratineren

Verdeel de **stamppot** over een middelgrote ovenschaal en bestrooi met de **rest van de kaas** en **walnoten**. Meng de **panko** met de **rozemarijn** verdeel ook over de **stamppot**. Bak de **gratin** ca. 5min totdat de **kaas** is gesmolten. Serveer met de **geroosterde uien** bovenop.