



Rodelinzenstoof met aardappels

met harissa en rozemarijn



30-40min



2 personen

Als het buiten wat onaangenaam begint te worden, maken we het in de keuken des te gezelliger. En wel met deze hartige stoofpot met rode linzen en aardappels, tomaten, harissa, verse kruiden en knoflook. En het beste deel? Je maakt dit gerecht klaar in één pan. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 prei
- 1 ui
- 1 netje kruimige aardappels
- 1 teen knoflook
- 10g verse kruidenmix: platte peterselie & rozemarijn
- 1 zakje gerookt paprikapoeder
- 1 zakje harissa
- 200g rode linzen
- 1 blik tomatenblokjes

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- grote kookpan met deksel
- maatbeker

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

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 712kcal, vet 21.6g,
koolhydraten 107.3g, eiwit 29.8g



1. Groenten snijden

Snijd de **prei** in de lengte doormidden en in dunne reepjes, verwijder de bovenste 1-2cm. Halveer en pel de **ui** en hak grof.



2. Groenten bakken

Verhit een grote kookpan op middelhoog vuur met 2el olijfolie en roerbak de **prei** en de **ui** met een snuf zout 5-7min.



3. Ingrediënten voorbereiden

Snijd de **aardappels incl. schil** in blokjes. Pel en hak de **knoflook** fijn. Ris de **rozemarijnaaldjes** van de takjes en hak grof.



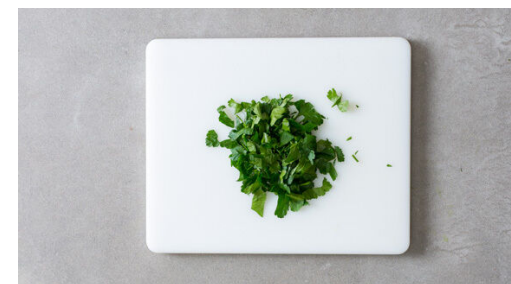
4. Aardappels toevoegen

Voeg de **knoflook**, de **rozemarijn**, het **paprikapoeder** en de **harissa** toe aan de pan en bak 1-2min mee. Voeg dan de **aardappels** en de **linzen** toe en roer goed door.



5. Groenten stoven

Voeg de **tomatenblokjes**, 2el azijn en 600ml water toe aan de pan. Breng de **stoof** op smaak met zout en peper en breng het geheel aan de kook. Leg een deksel op de pan en laat 15-17min zachtjes koken op middellaag tot laag vuur. Roer af en toe om zodat de **linzen** niet aan de bodem blijven plakken.



6. Peterselie hakken

Hak de **peterselie incl. steeltjes** grof. Voeg evt. nog wat meer zout en peper toe aan de **stoof**. Verdeel de **stoof** over diepe borden of kommen en bestrooi met de **peterselie**.