

## Groente- en fruit pakketten

Week 39

### Groentepakket

- radicchio rosso
- bloemkool
- rode biet
- stoof appel
- spitskool

### Fruitpakket klein

2,5 kilo Biologisch-  
en streekfruit  
(minimaal 3  
soorten)  
Menu 's zijn voor 4 personen

### Combi pakket

Groentepakket plus 1 kg streek en/of  
biologisch fruit

### Fruitpakket groot – 4 kilo

Bananen, appels, peren en  
twee soorten streek en/of  
biologisch fruit

### Salade van radicchio (insalata di radicchio)

1865

#### Ingrediënten:

|            |                |
|------------|----------------|
| 2 stuk(s)  | rode sla       |
| 200 gram   | Ui             |
| 2 teentjes | knoflook       |
| 2 el       | tijm           |
| 50 gram    | rucola melange |
| 44 gram    | balsamicoazijn |
| 2 snufjes  | peper          |
| 150 gram   | pancetta       |

Verhit in een steelpan de olijfolie en bak de spekblokjes zachtjes knapperig bruin. Snijd intussen de krop radicchio eerst in vieren en dan in repen. Scheur de rucola in stukken. Schep in een schaal de radicchio en de rucola luchtig door elkaar.

Schep de ui, knoflook en de tijm door de uitgebakken spekjes en bak ze heel even mee. Roer de balsamicoazijn erdoor en schep de dressing met spekjes over de radicchio. Maal er royaal peper boven.

### Romige bloemkoolsoep met gorgonzola

1119

#### Ingrediënten:

|         |                              |
|---------|------------------------------|
| 1 stuks | bloemkool                    |
| 800 ml  | groentebouillon (van tablet) |
| 25 gr   | boter                        |
| 250 ml  | melk                         |
| 75 gr   | gorgonzola                   |

Verwarm de bouillon. Smelt ondertussen de boter in een (soep)pan en bak hierin de bloemkool 5 min. op laag vuur; de roosjes mogen niet kleuren.

Schenk de warme bouillon en de slagroom bij de melk en breng het geheel aan de kook. Laat de soep met de deksel op de pan 10 min. zachtjes doorkoken, tot de bloemkool gaar is. Pureer de soep en breng hem op smaak met nootmuskaat en peper. Verdeel de soep en verkruimel de Gorgonzola erboven.

Tip: Houd een paar rauwe bloemkoolroosjes achter, hak ze fijn en roer ze op het laatste moment door de soep. Zo krijgt de 'romige' soep wat meer 'bite'.

### Zoete bataat stampot met rode bieten

1693

#### Ingrediënten:

|           |                 |
|-----------|-----------------|
| 1200 gram | zoete bataat    |
| 500 gram  | rode bieten     |
| 400 gram  | appel           |
| 2 el      | tomatenpuree    |
| 2 snufjes | kaneel          |
| 2 el      | citroensap      |
| 2 el      | olijfolie       |
| 2 el      | paprikapoeder   |
| 1 el      | korianderpoeder |

1 klontje boter

Schil de aardappel en snijd ze in kleine blokjes. Kook de aardappels vervolgens in ruim kokend water met een snufje zout gaar. Was de appel en biet en rasp ze vervolgens.

Mix met een staafmixer de olijfolie, citroensap, tomatenpuree, kaneel en paprikapoeder door elkaar. Voeg eventueel wat citroensap of zout toe. Meng de geraspte appel en biet met de dressing en maak het af met wat koriander.

Giet de zoete bataaf af, maar houd een beetje kookvocht over. Voeg het klontje boter toe en stamp de aardappels tot een smeùige massa.

Meng vervolgens met een lepel de bieten door zoete bataafpuree.

### Hete bliksem

1494

#### Ingrediënten:

|           |                               |
|-----------|-------------------------------|
| 1200 gram | aardappel                     |
| 800 gram  | appels (mix van zoet en zuur) |
| 200 gram  | ui                            |
| 1 stuk(s) | Rookworst                     |
| 1 klontje | boter                         |
| 1 scheut  | melk                          |
| 1 snufjes | kaneel                        |

Snijd de aardappels in grove stukken. Schil de appels, pel de ui en snijd beide in stukjes. Verhit een pan met water op het vuur. Voeg de aardappels en ui toe doe de rookworsten er gelijk bij, en na 5 minuten de appel. Kook in totaal ca. 20 minuten tot de aardappels gaar zijn. De rookworst verwijderen en giet vervolgens de rest af en doe terug in de pan. Pureer met een stamper fijn en maak de stampot smeùig met een klont boter en melk. Breng de hete bliksem op smaak met peper, zout en een snufje kaneel. De hete bliksem smaakt lekker met de rookworst.

### Lasagne van spitskool

1555

#### Ingrediënten:

|            |                    |
|------------|--------------------|
| 1000 gram  | spitskool          |
| 250 gram   | champignons        |
| 400 gram   | tomaten            |
| 2 stuk(s)  | ui                 |
| 2 el       | Italiaanse kruiden |
| 320 gram   | rundergehakt       |
| 2 scheut   | bakolie            |
| 4 tl       | kerrie             |
| naar smaak | peper en zout      |
| 120 ml     | crème fraîche      |

Verwijder voorzichtig een aantal mooie bladeren van de spitskool (probeer daarbij de bladeren heel te houden). Je moet tenminste 2-3 lagen ermee kunnen maken. Pel en snipper de ui. Veeg de champignons schoon en snijd in plakjes. Snijd de overgebleven spitskool klein (gebruik zoveel als je wilt). Snij de tomaat in stukjes.

Breng een ruime pan met water aan de kook en kook/blancheer de spitskoolbladeren circa 2 minuten. Laat daarna uitlekken in een vergiet. Verhit bakolie in een koekenpan en fruit de ui 2 minuten. Roerbak het gehakt en de kleingesneden kool 5 minuten. Voeg de champignons en tomatenstukjes toe en bak 5 minuten. Roer de crème fraîche erdoor, proef en breng op smaak met zout, peper, kerriepoeder en Italiaanse kruiden.

Bouw de lasagne in een ovenschaal op door de saus en geblancheerde koolbladeren af te wisselen. Begin met een laagje saus. Ga zo door totdat alle ingrediënten zijn verwerkt. Plaats de lasagne 10 minuten in de voorverwarmde oven. Zet eventueel de laatste minuut de ovengrillstand aan.

Tip: Het is ook erg lekker om wat geraspte kaas over de lasagne te strooien.