

VELDSLAA-STAMPPOTJE MET CATALAANSE BRAADWORSTJES

2 personen / 564 kcal per portie

Ingrediënten:

- 450 gram kruimige aardappelen
- 1½ eetlepel olijfolie
- 3 Catalaanse braadworsten
- 1 ui
- ½ rode paprika
- 140 gram crispy maiskorrels (uitlekgewicht)
- 30 gram roomkaas bieslook
- 85 gram veldsla
- peper en zout



Bereiding:

Kook de aardappel in water met zout gaar in 16 minuten. Snijd de ui fijn en snijd de rode paprika in stukjes. Laat de maiskorrels uitlekken. Verhit 1 eetlepel olie in een koekenpan en bak de worstjes volgens de aanwijzingen op de verpakking. Verhit ½ eetlepel olie in een braadpan en fruit de ui in 3 minuten glazig. Voeg de paprika toe en roerbak 3 minuten. Voeg de mais toe en verwarm 3 minuten. Giet de aardappel af en vang het kookvocht op. Voeg de roomkaas toe aan de aardappelen in de pan en laat op laag vuur smelten. Stamp de aardappelen met de pureestamper tot puree en voeg eventueel nog wat kookvocht toe. Schep het groenten mengsel en de veldsla erdoor. Neem de worstjes uit de pan en schenk 75 ml kookvocht bij het bakvet. Breng al roerend aan de kook. Breng de jus op smaak met peper en zout. Serveer de stamppot met de worstjes en jus.

Voedingswaarde per portie:

Energie:	564 kcal
Eiwit:	21,9 gram
Koolhydraten:	55,5 gram
- waarvan suikers:	10,8 gram
Vet:	27,0 gram
Vezels:	8,2 gram
Zout:	2,1 gram