

ZOMERS STAMPPOTJE MET VELDSLÂ EN CHERRYTOMAAJTJES

2 personen / 490 kcal per portie

Ingrediënten:

- 500 gram kruimige aardappel
- 125 gram cherrytomaatjes
- 6 gram verse bieslook
- 75 gram veldsla
- 60 ml crème fraîche
- 100 gram gerookte spekreepjes
- ¼ eetlepel gedroogde nootmuskaat
- peper en zout



Bereiding:

Bak de spekreepjes zonder boter of olie in 5-7 minuten gaar. Kook de aardappelen in een pan met een laagje water en zout in ca. 14-16 minuten gaar. Was de tomaatjes en snijd ze in kwarten. Knip de bieslook fijn. Giet de aardappelen af. Stamp de aardappelen met crème fraîche, peper en de nootmuskaat stevig tot puree. Schep de veldsla, tomaatjes, bieslook en spekreepjes door de puree. Breng op smaak met peper en zout.

Voedingswaarde per portie:

Energie:	490 kcal
Eiwit:	14,8 gram
Koolhydraten:	50,3 gram
- waarvan suikers:	6,6 gram
Vet:	24,1 gram
Vezels:	6,2 gram
Zout:	2,6 gram