

ANDIJVIESTAMPPOT MET SNELLE PICCALILLY EN KAASSCHNITZEL

2 personen / 471 kcal per persoon

Ingrediënten:

- 500 gram kruimige aardappelen
- 1 middelgrote ui
- 75 gram bloemkool roosjes
- 20 gram roomboter
- ½ theelepel kerriepoeder
- 2 vega kaasschnitzels
- 50 ml halfvolle melk
- 250 gram fijngesneden andijvie
- 165 gram atjar tjampoer
- 1 eetlepel mayonaise
- peper en zout



Bereiding:

Snipper de ui. Snijd de bloemkool in roosjes van ca 1 cm. Smelt 5 gram van de boter in een steelpannetje. Fruit de ui met de kerrie en bloemkool 3 minuten op laag vuur. Haal de piccalilly van het vuur en laat minimaal 15 minuten op een bord afkoelen. Kook de aardappelen in laagje kokend water met wat zout in 14-16 minuten gaar. Smelt de rest van de roomboter in een koekenpan en bak hierin de kaasschnitzel op middelhoog vuur 3 minuten per kant. Verwarm intussen de melk. Giet de aardappelen af en stamp ze grof. Voeg de melk in scheutjes toe en voeg de andijvie toe. Verwarm al roerend op middelhoog vuur. Breng op smaak met peper en eventueel zout. Giet de atjar tjampoer af en voeg samen met de mayonaise aan de bloemkool toe. Meng goed. Serveer de stamppot met de kaasschnitzel en de piccalilly.

Voedingswaarde per persoon:

Energie:	471 kcal
Eiwit:	15,4 gram
Koolhydraten:	43,7 gram
- waarvan suikers:	23,0 gram
Vet:	22,9 gram
Vezels:	11,2 gram
Zout:	3,1 gram