

# MARLEY SPOON



## Appel-spinaziestamppot

met Gelderse rookworst en pastinaak



20-30min



Voor 3-4 personen

Het maakt niet uit of het midwinter of lente is: Hollandse kost kan altijd! Vandaag gaan we voor een stamppot met spinazie en gekarameliseerde appel. Inderdaad, net even anders, maar je serveert hem wel met een stevige Gelderse rookworst. Die wordt tegenwoordig steeds minder gegeten, want hij wordt vaak te vet gevonden. Zonde! Juist het vet in combinatie met de rook geeft deze worst zijn karakteristieke smaak.

## Wat je van ons krijgt

- mosterd <sup>10</sup>
- pastinaak
- kruimige aardappels
- appel
- Gelderse rookworst
- spinazie

## Wat je thuis nodig hebt

- boter <sup>7</sup>
- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker

## Kookgerei

- aardappelstamper
- dunschiller
- grote koekenpan
- grote kookpan
- vergiet

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

## Allergenen

melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie

calorieën 685.0kcal, vet 35.9g, eiwit 21.1g, koolhydraten 63.4g



1. Aardappels koken

Schil de **aardappels** en **pastinaken** en snijd ze in stukken. Doe de **groenten** in een grote kookpan en voeg 1tl zout en voldoende water toe tot ze onderstaan. Breng het water aan de kook en kook de **groenten** in ca. 15min beetgaar.



4. Rookworsten bakken

Verhit de appelpan op middellaag-matig vuur (je hoeft de pan niet schoon te vegen). Voeg de **rookworsten** met 3-4el water toe en stoof 5-7min totdat het **vlees** goed warm is en het water verdampt. Keer de **worsten** halverwege om en voeg indien nodig meer water toe.



2. Spinazie bereiden

Hak de **spinazie** grof en doe de **blaadjes** in een vergiet. Schep **100ml kookwater** uit de kookpan en houd apart tot stap 5. Giet de **groenten** over de **spinazie** af, het **kookwater** zorgt ervoor dat de **blaadjes** slinken. Doe de **aardappels** en **pastinaak** met de **spinazie** in de kookpan.



5. Stamppot maken

Voeg de **helft van de mosterd**, 2el boter of plantaardige margarine en **50ml kookwater** aan de gekookte **groenten** toe en stamp met een aardappelstamper tot een grove **puree**. Roer door om de **spinazie** te verdelen en voeg indien nodig meer **kookwater** toe. Breng de **stampot** op smaak met peper en zout.



3. Appel karameliseren

Snijd de **appel** in vieren, verwijder het klokhuis en snijd de **vrucht** in blokjes. Verhit 1el olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **appel** al roerend 3-4min. Voeg dan een flinke snuf suiker toe, roer door en bak nog 1min totdat de **appel** gekarameliseerd is. Neem de **appel** uit de pan en zet opzij.



6. Appel toevoegen

Roer de gekarameliseerde **appel** door de **stampot** en stamp nog wat extra aan, maar zorg ervoor dat de **appelblokjes** niet kapot gaan. Snijd de **rookworsten** schuin in dikke plakken en serveer deze bovenop de **stampot**. Serveer de **rest van de mosterd** eraast.