

---

## Vegetarische worstjes

met spinazie-appelstampot



Cooking Time



Voor 3-4 personen

## Wat je van ons krijgt

- babypinazie
- kruimige aardappels
- vega braadworstjes <sup>1,3,6</sup>
- pastinaak
- Abraham's mosterd <sup>10</sup>
- appel

## Wat je thuis nodig hebt

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

## Kookgerei

- aardappelstamper
- dunschiller
- grote kookpan
- maatbeker
- middelgrote koekenpan
- vergiet

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

## Allergenen

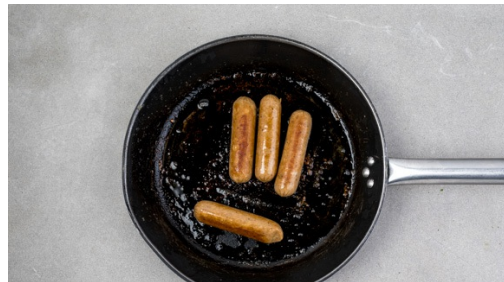
melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie



**1. Groenten voorbereiden**

Schil de **aardappels** en **pastinaken** en snijd ze in ca. 2cm grote stukken. Doe de **aardappel** en **pastinaak** in een grote kookpan. Overgiet de **groenten** met water tot ze onderstaan en voeg een flinke snuf zout toe. Breng het water aan de kook en kook de **groenten** in 12-15min gaar.



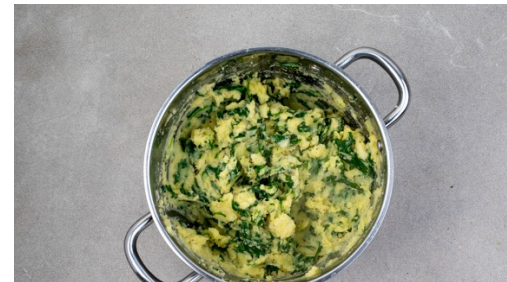
**4. Worstjes bakken**

Verhit de appelpan opnieuw, op middellaag-middelhoog vuur (je hoeft de pan niet schoon te vegen), voeg de **worstjes** met 3-4el water toe en bak 5-7min totdat ze goed warm zijn en het water is verdampt. Keer de **worstjes** halverwege om en voeg indien nodig meer water toe, zorg ervoor dat je het water op laag vuur toevoegt.



**2. Appel karameliseren**

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



**5. Stamppot maken**

Voeg de **helft van de mosterd**, 1-2el boter en **100ml kookwater** aan de **gekookte groenten** toe en stamp tot een grove **puree**. Roer goed door om de **spinazie** te verdelen en voeg indien nodig meer **kookwater** toe. Proef en breng de **stampot** op smaak met peper en zout.



**3. Groenten afgieten**

Doe de **babypinazie** in een vergiet. Schep **200ml kookwater** uit de kookpan en houd dit apart tot stap 5. Giet de **aardappels** en **pastinaak** over de **spinazie** af zodat de **blaadjes** slinken. Doe de **aardappels**, **pastinaak** en de **spinazie** in de kookpan.



**6. Appel toevoegen**

Roer de **helft van de gekarameliseerde appel** door de **stampot** en stamp nog wat extra aan, maar zorg ervoor dat de **appelstukjes** niet helemaal kapot gaan. Serveer de **worstjes** en **rest van de appel** bovenop de **stampot**. Serveer de **rest van de mosterd** ernaast.