

# MARLEY SPOON



## Appel-spinaziestamppot

met Gelderse rookworst en pastinaak



20-30min



2 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

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

## Wat je thuis nodig hebt

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

## Kookgerei

- aardappelstamper
- dunschiller
- middelgrote koekenpan
- middelgrote 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 755.0kcal, vet 37.3g, eiwit 23.9g, koolhydraten 73.1g



1. Aardappels koken

Schil de **aardappels** en **pastinaken** en snijd ze in stukken. Doe de groenten in een middelgrote 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 gaar.



4. Rookworst bakken

Verhit de appelpan op middellaag-matig vuur (je hoeft de pan niet schoon te vegen). Voeg de **rookworst** met 2el 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**, 1el 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 middelgrote 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 **rookworst** schuin in dikke plakken en serveer deze bovenop de **stampot**. Serveer de **rest van de mosterd** eraast.