

---

## Fondue van kaas en bonen

met brood en groenten om te dippen



Cooking Time



2 personen

## Wat je van ons krijgt

- geraspte jong belegen en oude kaas <sup>7</sup>
- houten satéprikkers
- gemalen nootmuskaat
- knoflook
- broccoli
- mini komkommer
- gronetebouillonblokjes <sup>9</sup>
- blik Cannellini bonen
- wortel
- kastanjechampignons
- volkoren baguettes <sup>1</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper

## Kookgerei

- bakplaat
- kleine kookpan met deksel
- maatbeker
- middelgrote koekenpan
- middelgrote kookpan met deksel
- oven
- staafmixer
- waterkoker
- zeef

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

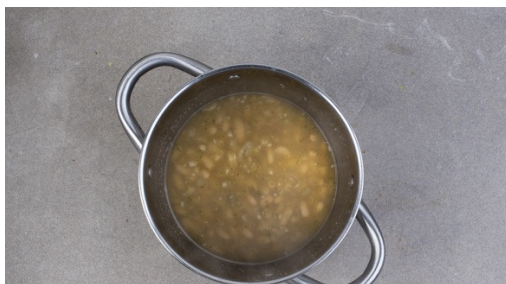
### Kooktip

Kook de broccoli beetgaar, maar nog wel knapperig en niet te zacht, anders is het moeilijk om hem in de kaasfondue te dippen.

### Allergenen

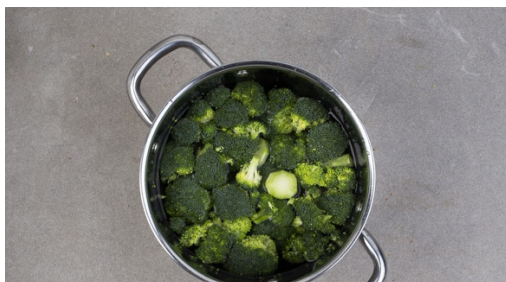
gluten (1), melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie



### 1. Bonen koken

Verwarm de oven voor op 220°C. Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Pel en hak de **knoflook** grof. Giet de **bonen** af in een zeef. Doe 200ml gekookt water, de **bonen**, de **knoflook** en een **mespunt nootmuskaat** in een kleine kookpan en verkruiemel een **half bouillonblokjes** erboven. Breng aan de kook en laat de **bonen** 10-15min zachtjes doorkoken tot stap 6.



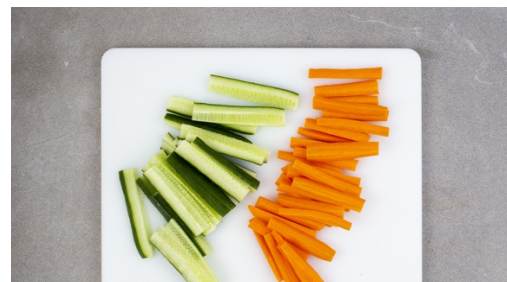
### 4. Broccoli koken

Snijd hapklare **roosjes** van de **broccoli** en snijd de **stam** in plakjes. Doe **alle broccoli** in een middelgrote kookpan. Giet er gekookt water bij totdat de **broccoli** onderstaat, voeg 1tl zout toe en breng het water opnieuw aan de kook. Kook de **broccoli** in 3-4min beetgaar. Kook 1-2min langer voor zachtere **broccoli** en giet af. Laat uitstomen (**zie kooktip, links**).



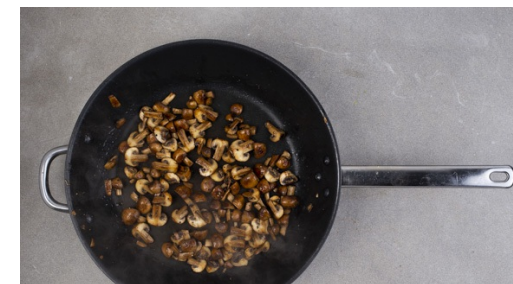
### 2. Baguettes snijden

Leg de **baguettes** op een bakplaat met bakpapier en bak ze in 8-10min goudbruin en knapperig. Laat iets afkoelen en snijd de **baguettes** dan in sneetjes.



### 5. Groenten snijden

Snijd de **mini-komkommer** in staafjes ter grootte van dikke frieten. Schrob of schil de **wortel** en snijd deze ook in dikke staafjes.



### 3. Champignons bakken

Boen de **champignons** schoon en snijd ze in vieren. Verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan op hoog vuur en voeg de **champignons** toe zodra de pan heet is. Bak de **champignons** 3-4min al af en toe roerend totdat ze rondom goudbruin zijn. Breng op smaak met een snuf peper en zout en houd warm tot aan het serveren.



### 6. Kaasfondue afmaken

Roer de **geraspte kaas** door de **bonen** en laat smelten. Pureer de **bonen** en **kaas** glad. Voeg een scheutje water toe als de **fondue** te dik is. Proef en breng de **fondue** op smaak met peper en evt. een extra **snufje nootmuskaat**. Serveer de **kaasfondue** met het **brood**, de **champignons**, **wortel**, **komkommer** en **broccoli**. Gebruik de **satéprikker** voor het dippen.

Je kunt je in je online account afmelden voor geprinte recepten in je box. Vragen over de bereiding of over het recept? Jouw kook hotline: **030 - 808 04 52**

Bekijk de receptkaart online in je account op [www.marleyspoon.nl](http://www.marleyspoon.nl)    **#marleyspooning**