

KALFSLAPJE – ASPERGES – KNOLSELDERPUREE

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

400g kalfslapje

400g aardappelen

200g

knolselder

12 asperges

1 ajuin

250g champignons

1 el olijfolie + zout, peper en nootmuskaat

Halfvolle melk

Maggi aspergesaus

BEREIDINGSWIJZE

De aardappelen schillen en in kleine stukken snijden, knolselder schillen en in blokjes bij de aardappelen doen. Deze samen laten koken met een snuifje zout.

Asperges schillen tot op 3 cm van het kopje. Kook de asperges beetgaar in licht gezouten water.

Ajuin schillen en in kleine blokjes snijden. De champignons zuiver maken

en in schijfjes snijden.

200 ml water in kookpannetje doen en de aspergesaus toevoegen en losroeren. Op een klein vuur opwarmen en regelmatig roeren.

Het vlees kruiden met zout, peper en nootmuskaat en bakken in de grillpan.

1 el olijfolie in een pan doen en opwarmen, ajuin glazig bakken en champignons bijdoen.

Aardappelen en knolselder pletten, een beetje melk en kruiden toevoegen.

Recept van Infraligne Bree

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

396 kcal

SMAKELIJK!