



KOKEN MET EEN BUDGET

Beenham met paksoi en peterseliesaus

HOOFDGERECHT

🕒 15 + 40 minuten

2 personen

DIT HEB JE NODIG:

- 🛒 Kook de aardappelen met zout in 20 minuten gaar. Kook de boerenkool met zout in 15-20 minuten gaar.
- 🛒 Giet de aardappelen en kool af en laat de kool goed uitlekken.
- 🛒 Stamp de aardappelen fijn en meng de kool erdoor.
- 🛒 Meng er de bloem, eieren, eiwitten, crème fraîche, melk en wat peper door tot een stevig beslag.
- 🛒 Verwarm de oven voor op 120°C. Bak in een koekenpan pannenkoekjes van 10-12 cm circa 3-4 minuten per kant.
- 🛒 Houd de pannenkoekjes warm in de oven.
- 🛒 Bestrooi het vlees met zout en peper en bak 5 minuten per kant. Serveer ze bij de boerenkoolpannenkoekjes.

MATERIAAL: braadslede of ovenschaal, aluminiumfolie

ZO MAAK JE HET:

1. Kook de aardappelen met zout in 20 minuten gaar.
2. Kook de boerenkool met zout in 15-20 minuten gaar.
3. Giet de aardappelen en kool af en laat de kool goed uitlekken.
4. Stamp de aardappelen fijn en meng de kool erdoor.
5. Meng er de bloem, eieren, eiwitten, crème fraîche, melk en wat peper door tot een stevig beslag.
6. Verwarm de oven voor op 120°C.
7. Bak in een koekenpan pannenkoekjes van 10-12 cm circa 3-4 minuten per kant.
8. Houd de pannenkoekjes warm in de oven.
9. Bestrooi het vlees met zout en peper en bak 5 minuten per kant.
10. Serveer ze bij de boerenkoolpannenkoekjes.

TIP 1: Lekker met gekookte krieltjes.

TIP 2: Vervang de paksoi door geroerbakte wortel.

Bron: boodschappen.nl

