Hoofdgerechten / Frankrijk

langkorrelrijst met witte bonen en sperziebonen · Frankrijk

Een complete graanmaaltijd met uitgelekte witte bonen en sperziebonen, afgewerkt met de herkenbare smaakmakers van deze Frankrijk-variatie.

Tijd 40 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 150 g ui
- ☐ 280 g langkorrelrijst
- ☐ 500 g sperziebonen
- ☐ 2 g gedroogde tijm
- ☐ zout en peper naar smaak
- ☐ 30 ml neutrale bakolie
- ☐ 500 g uitgelekte witte bonen
- ☐ 20 g Dijonmosterd
- ☐ 10 g verse dragon

Zo maak je het.

01 Kook de langkorrelrijst volgens de verpakking in ruim water gaar en laat goed uitlekken.

02 Maak de sperziebonen schoon en snijd in kleine, gelijkmatige stukken. Snipper de ui.

03 Verhit de olie en fruit de ui vijf minuten. Voeg de sperziebonen toe en bak enkele minuten mee. Voeg een scheut water toe en laat 12 minuten afgedekt garen.

04 Spoel de uitgelekte witte bonen, laat uitlekken en verwarm enkele minuten door tot ze overal goed heet zijn.

05 Meng de gare granen met de groenten en het gare hoofdingrediënt. Voeg Dijonmosterd, gedroogde tijm, verse dragon toe, roer rustig door en proef voor het serveren.

AI-uitgewerkt, niet in een keuken getest.

Recept & herkomst DVS Recipe Studio / DVS Recipe Studio · AI-developed variation / CC0 1.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC0 1.0
recipes.dvs-services.be / studio-fr-04-09-c618286