Hoofdgerechten / Italië

Pannetje met linzen en palmkool · Italië

Een hartige Studio-variatie met palmkool, uitgelekte gekookte linzen en een kruidige afwerking, geïnspireerd op Italië.

Tijd 35 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 150 g ui
- ☐ 600 g uitgelekte gekookte linzen
- ☐ 180 ml zoutarme groentebouillon
- ☐ 2 g gedroogde oregano
- ☐ zout en peper naar smaak
- ☐ 30 ml neutrale bakolie
- ☐ 500 g palmkool
- ☐ 15 ml olijfolie extra vierge
- ☐ 10 g verse basilicum

Zo maak je het.

01 Maak de palmkool schoon en snijd in kleine, gelijkmatige stukken. Snipper de ui.

02 Verhit de olie en fruit de ui vijf minuten. Voeg de palmkool toe en bak enkele minuten mee.

03 Voeg de bouillon toe en laat afgedekt 10 minuten zacht koken, tot de groenten gaar zijn.

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

05 Schep het gare hoofdingrediënt bij de groenten. Voeg olijfolie extra vierge, gedroogde oregano, verse basilicum toe, roer rustig door en proef voor het serveren. Serveer direct.

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-it-01-05-bfe8778