Bijgerechten / Nederland

Gestoofde courgette met sperziebonen · Nederland

Twee groentesoorten, rustig gegaard en op smaak gebracht als bijgerecht geïnspireerd op Nederland.

Tijd 30 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 500 g courgette
- ☐ 350 g sperziebonen
- ☐ 25 ml neutrale bakolie
- ☐ 180 ml zoutarme groentebouillon
- ☐ 15 g milde mosterd
- ☐ 1 g gemalen nootmuskaat
- ☐ 10 g bieslook
- ☐ zout en peper naar smaak

Zo maak je het.

01 Maak beide groenten schoon en snijd in kleine, gelijke stukken. Houd zachte bladgroenten apart.

02 Verhit de olie en bak de stevigste groente enkele minuten. Voeg de overige stevige groente toe.

03 Schenk de bouillon erbij en laat afgedekt zacht garen. Voeg eventuele bladgroenten pas aan het einde toe.

04 Neem het deksel weg en laat overtollig vocht kort verdampen. Controleer of alle groenten gaar zijn.

05 Voeg milde mosterd, gemalen nootmuskaat, bieslook 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-nl-25-19-f7fe190