Hoofdgerechten / Verenigde Staten

Pannetje met runderreepjes en broccoli · Verenigde Staten

Een hartige Studio-variatie met broccoli, runderreepjes en een kruidige afwerking, geïnspireerd op Verenigde Staten.

Tijd 35 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 150 g ui
- ☐ 600 g runderreepjes
- ☐ 180 ml zoutarme groentebouillon
- ☐ 2 g gemalen komijn
- ☐ zout en peper naar smaak
- ☐ 30 ml neutrale bakolie
- ☐ 500 g broccoli
- ☐ 3 g gerookt paprikapoeder
- ☐ 10 g verse peterselie

Zo maak je het.

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

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

03 Voeg de bouillon toe en laat afgedekt 7 minuten zacht koken, tot de groenten gaar zijn.

04 Bak de runderreepjes in een aparte pan volledig gaar tot minimaal 71 °C in de kern.

05 Schep het gare hoofdingrediënt bij de groenten. Voeg gerookt paprikapoeder, gemalen komijn, verse peterselie 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-us-01-04-d8d3da8