



Naam: .....

Klas: ..... Datum: .....

KOKEN: PRAKTIJK

## Wortelstoemp met knolselderblokjes en kippenworst

Een gezond winters gerecht boordelvol groentjes. Door verschillende groenten te combineren halen we makkelijk onze 400 gr groenten per dag. We vervangen de traditionele varkensworst deze keer door kippenworst.

### Ingrediënten (2pers)

#### Wortelstoemp

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 3 grote aardappelen | 1. Schil de aardappelen en snij ze in even grote blokjes. Spoel ze na en doe ze in een kom. Zet ze net onder water en breng aan de kook. Van zodra het water kookt, voeg je een snuif zout toe. Laat de aardappelen gaar koken. Giet ze af en laat ze kort even drogen op het warme fornuis. |
| 400 gr wortelen     | 2. Schil de wortelen en snij ze in even grote blokjes (brunoise).  |
| 1 ui                | 3. Snipper de ui fijn  |
| 1 klontje boter     | 4. Stoof de ui kort aan in een beetje boter in een kom en voeg de wortelen toe   |
| Tijm                | 5. Voeg de blaadjes van wat verse tijm toe. Laat de worteltjes garen op zacht vuur onder deksel.   |
| Peper, nootmuskaat  | 6. Stamp de aardappelen fijn, voeg de ui en de wortelen toe en stamp nog kort even door. Kruid met peper en nootmuskaat en eventueel wat extra zout.   |
|                     | 7. Hou warm  |

#### Knolselder blokjes

- |              |   |
|--------------|---|
| ¼ knolselder | 1. Schil de knolselder en snij hem in even grote stukjes (brunoise) |
| boter        | 2. Smelt de boter in de pan en laat ze een beetje bruinen.          |
|              | 3. Voeg de knolselderblokjes toe en bak ze mooi bruin.              |

Peper en zout

4. Kruid met peper en zout en hou warm

**Kippenworst**

2 kippenchipolatta

1. Smelt wat boter of olijfolie de pan.

Boter of olie

2. Bak de worsten op middelhoog vuur tot ze gaar zijn.  
Ongeveer 10 min.

Serveer de wortelpuree, met de knolselder blokjes en de worstjes.