



Bloemkool met Boerenkool stampot

Ingrediënten:

- 1 grote bloemkool
- ghee of kokosolie
- 300 gr fijngesneden boerenkool
- 2 teentjes knoflook
- 2 gesnipperde lente-uitjes of sjalotjes
- 80 ml plantaardige melk
- Beetje grasboter
- Zout en peper

Bereiding

Snijd de bloemkoolroosjes van de stam en snijd de stam in blokjes (alleen onderste stukje van de stam gooi je weg) Snijd de roosjes eventueel wat kleiner. Stoom de bloemkoolroosjes en bloemkool stam in 6 tot 8 minuutjes beetgaar. Laat het uitlekken in een vergiet en doe weer in de pan zodat het warm blijft.

Smelt wat ghee of kokosolie in een grote pan of wok en fruit de knoflook en de lente-ui. Voeg na een paar minuutjes de boerenkool toe. Roer goed door elkaar en zet het vuur dan lager en dek de pan af met een deksel. Laat het geheel 6 minuutjes sudderen. Af en toe even roeren om aanbranden te voorkomen.

Doe de gestoomde bloemkool in een blender of keukenmachine, samen met de plantaardige melk. En maak er een mooie puree van. (dit kun je ook doen met een staafmixer) Schep het in de pan met het boerenkoolmengsel en voeg eventueel nog wat boter toe om er een romige stampot van te maken en breng het op smaak met peper en zout.

