PS. food & lifestyle

3 Vegetarisch

Boerenkool stamppot met halloumi

Bereidingstijd
25 minuten

Porties
Voor 4 personen

Bereidingswijze

1. Schil en snijd de pastinaak in stukken en de halloumi in plakjes. Doe de pastinaak een pan met ruim water en kook in 20 minuten gaar. Stoom of kook de boerenkool in ruim water gaar in circa 10 minuten. Verhit de kokosolie in een pan en bak de halloumi aan beide zijden goudbruin en krokant. Stamp de pastinaak fijn met een stamper of gebruik de staafmixer en meng vervolgens met de boerenkool. Meng met de kokosmelk en breng op smaak met peper en zout. Serveer met de gebakken halloumi.

Ingrediënten

- [ ] 400 g halloumi
- [ ] 800 g pastinaak
- [ ] 300 g boerenkool
- [ ] 4 el kokosmelk
- [ ] 1 el kokosolie
- [ ] Peper
- [ ] Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	**533 kcal**
Koolhydraten	**27 g**
Vet	**31 g**
Vezels	**11 g**
Eiwit	**29 g**