



1A+1B

Vegetarisch

Lentestamppotje met raapstelen



Bereidingstijd
5 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Doe 100 ml koud water in de shaker en meng met de inhoud van het zakje aardappelpuree. Warm dit op in een pannetje of circa 15-20 seconden in de magnetron (800 W). Was de raapstelen goed en snijd ze in stukjes van 1 cm. Meng de raapstelen met de aardappelpuree en de gesmolten roomboter. Breng op smaak met peper en zout en maak af met de ringetjes lente-ui.

Ingrediënten

- ☐ 1 zakje PS. food & lifestyle aardappelpuree
- ☐ 200 g raapstelen
- ☐ 1 lente-uitje in ringen
- ☐ ½ el gesmolten roomboter
- ☐ Peper
- ☐ Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	208 kcal
Koolhydraten	7 g
Vet	7 g
Eiwit	24 g