1A+1B Vlees

Tagliatelle met stoofvlees en groenten

Bereidingstijd
20 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Bereid het stoofvlees door de olijfolie te verhitten in een diepe pan en de ui te fruiten. Voeg de magere runderlapstukjes toe en bak rondom bruin. Voeg vervolgens de bouillon, rode wijnazijn en laurier toe. Breng op smaak met peper en zout en laat 2 tot 3 uur sudderen. Schep 40-50 g stoofvlees uit de pan en bewaar het overgebleven stoofvlees in een bakje in de diepvries.
2. Bereid de spinazie tagliatelle volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd ondertussen de groenten in stukjes. Verhit de olijfolie in een pan en roerbak de groenten tot ze gaar zijn. Voeg de spinazie tagliatelle en het stoofvlees toe en warm nog even goed door. Schep op een bord en garneer met de verse peterselie.

Ingrediënten

- [ ] 1 zakje PS. food & lifestyle spinazie tagliatelle
- [ ] 40-50 g stoofvlees
- [ ] 75 g champignons
- [ ] 50 g groene paprika
- [ ] 50 g bleekselderij
- [ ] 1 el olijfolie
- [ ] 1 takje verse peterselie

Voedingswaarden per persoon

Energie	**331 kcal**
Koolhydraten	**8 g**
Vet	**16 g**
Vezels	**17 g**
Eiwit	**29 g**