

Ingrediënten voor 4 personen

300 gram rundergehakt 1
spitskool 1 grote rode of groene
paprika 1 ui 2 teentjes knoflook 3
lente-uitjes 1 bouillontablet peper,
zout, ½ afgestreken eetlepel
kerriepoeder (of meer naar
smaak!) scheutje maggi aroma 2
eetlepels olijfolie

Tijd: 10-20 min.
Keuken: Internationaal
Smaak: Hartig
Gang: Bijgerecht
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Roergebakken spitskool met paprika en gehakt

Lekker snel en gezond. De spitskool blijft lekker knapperig en smaakt heerlijk met de groene paprika en het roergebakken gehakt. Echt een aanrader.

Hulpmiddelen

Wok

Bereidingswijze

Spitskool in smalle reepjes snijden. Paprika wassen, zaadlijsten en pitjes verwijderen en in kleine stukjes snijden. Ui en knoflook pellen en snipperen. Lente-uitjes wassen en in ringetjes snijden. Olie verhitten en gehakt hierin al omscheppend lichtbruin bakken. Ui en knoflook toevoegen en meebakken tot ze glazig zijn. Kerriepoeder toevoegen en al roerend even meebakken. Spitskool en paprika toevoegen. Al roerend even meebakken. Kopje water en verkruimelde bouillontablet toevoegen. Door elkaar roeren en deksel op de pan plm. 5 - 10 minuten tot spitskool beetgaar is. Op smaak maken met peper en zout en eventueel wat maggi. Vlak voor het opdienen de lente-uitjes eroverheen strooien.

Serveertips

Lekker met aardappelpuree, gekookte aardappelen, gebakken krieltjes of rijst,

