

Ingrediënten voor 2 personen

400 gram spruitjes schoonmaken
voorkoken tot beetgaar en koud
spoelen 1 rode paprika in reepjes
1 ui gesnipperd circa 1 cm
gember gerapt 1 magere
rookworst verwarmd zoals de
verpakking aangeeft 1 zoete
appel geschild in blokjes.

Tijd: 20-30 min.
Keuken: Nederlands
Gang: Hoofdgerecht
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Spruitjes, Paprika, Ui, Appel ,Gember en.... Rookworst uit de wok !!

Verleden jaar rond deze tijd waren we bij vakantiekenissen uitgenodigd om te komen dineren en onze gezamenlijke vakantieherinneringen op te halen. Als hoofdgerecht diende de gastvrouw een verrukkelijke boef bourguignon op met een aardappelgratin en heel klassiek als groente..... spruitjes. En daar gaat het om....., ja die spruitjes. Echt een groente waar ik mijn man helaas niet blij mee kan maken. (In zijn diensttijd moest hij spruitjes eten die tot moes gekookt waren). Inderdaad om van te gruwen. Op weg naar huis kwamen natuurlijk die spruitjes ter sprake en ze waren gelukkig goed in de smaak gevallen. Lekker iets knapperig. Vandaar, dat ik dit gerecht wel aandurf en niet alleen maar spruitjes op deze <https://www.smulweb.nl/recepten/spruitjes+die+iedereen+wel+lust> manier mag klaarmaken.

Hulpmiddelen

Wok, pan, snijplank en mes

Bereidingswijze

Verhit een klein scheutje zonnebloem of andere olie in de wok en fruit de ui samen met de gember 2 minuten aan. Zet het vuur onder de wok hoger en bak de spruitjes en de paprika 4 minuten mee. Voeg dan de verwarmde rookworst in hele of halve schijfjes toe samen met de blokjes appel en bak dit ook nog eens 2 minuten mee. Breng de schotel op smaak met peper en zout. Serveer met gebakken minikrieltje of aardappelpuree.

