



 Bereiden in: grote pan

 Voorbereiding: 15 min.

 Bereiding: 20 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- 1 kilo kruimige aardappelen
- 200 gram gerookt spek of spekreepjes
- 1 krop sla, bijvoorbeeld botersla, kropsla of ijsbergsla
- 75 gram walnoten, grof gehakt
- 150 gram feta of zachte geitenkaas
- Scheutje melk
- Klontje boter
- Peper
- Eventueel een snufje zout
- Eventueel: 1 eetlepel grove mosterd

Voedingswaarde

- Energie: ± 610 kcal
- Eiwitten: ± 20 g
- Koolhydraten: ± 48 g
- Vetten: ± 37 g
- Waarvan verzadigd vet: ± 13 g
- Vezels: ± 7 g
- Zout: afhankelijk van spek en kaas

Wist u dit

Sla in stamppot klinkt misschien modern, maar het past eigenlijk heel goed bij de Nederlandse keuken: aardappelen vormen de basis, terwijl rauwe bladgroente het gerecht fris en lichter maakt. Ideaal voor dagen waarop je zin hebt in

Bereiding

- 1 Schil de aardappelen en kook ze in ongeveer 20 minuten gaar in licht gezouten water.
- 2 Bak ondertussen het gerookte spek of de spekreepjes krokant in een koekenpan. Laat ze eventueel uitlekken op keukenpapier.
- 3 Was de sla, droog goed en snijd of scheur de bladeren in grove stukken.
- 4 Giet de aardappelen af en stamp ze met een scheutje melk en een klontje boter tot een smeùge puree. Roer eventueel een eetlepel grove mosterd door de puree voor wat extra pit.
- 5 Schep de sla op het laatst door de warme aardappelpuree. De sla mag iets slinken, maar moet nog lekker fris en knapperig blijven.
- 6 Meng het gebakken spek, de walnoten en de verkruimelde feta of geitenkaas erdoor. Breng op smaak met peper en eventueel een klein beetje zout.

Kooktips

Voeg de sla pas helemaal op het einde toe. Zo blijft hij fris, knapperig en mooi van kleur. Ook lekker met een paar fijngesneden lente-uitjes of wat zongedroogde tomaatjes erdoor.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten