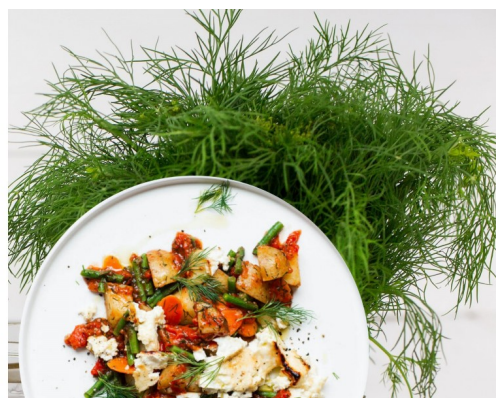


Griekse bonen-tomatenstoof met honing-feta



Beschikbaarheid: 23

Prijs: €10,30

Korte omschrijving

Vegetarisch op z'n Grieks!

Omschrijving

Fasolakia – Een klassiek Grieks gerecht - met verse groene bonen in tomatensaus.

De bonen, wortels en aardappelen garen in een saus van tomaat, knoflook en dille, deze manier van garen wordt in Griekenland “Giaxni” genoemd. Erbij serveer ik een in de oven gebakken plak feta, en een stukje brood. Een lust voor oog en mond, want de honing transformeert in een toffee-achtige karamel laag. Een perfecte combi van zout, zoet en hartig.

Het brood mag 2 minuten voor het einde ook nog even in de oven.

Serveer de feta over de bonenstoof en gebruik het brood om lekker in de saus te dopen en te genieten van de laatste restjes, door met je brood nog even over je bord te vegen.

Opwarmen

bij voorkeur in de oven

20 tot 30 minuten in een voorverwarmde oven op 200C°

Verwarm de bonenstoof afgedekt, 20 tot 30 minuten in de ovenschaal.

Leg de feta op het bijgeleverde aluminiumfolie. Vorm van de folie een klein bakje door de randen omhoog te vouwen. Giet het honingmengsel over de feta. Leg na

5 minuten de plak feta naast de schaal in de oven. Het brood mag 2 minuten voor het einde ook nog even in de oven.

Serveer de feta over de bonenstoof

De maaltijd kan niet opgewarmd worden in de magnetron omdat de feta in de oven moet karamelliseren.

Ingrediënten

- Sperziebonen
- wortel
- aardappels
- knoflook
- dille
- gehakte tomaten
- olijfolie
- groentebouillon
- feta
- honing
- peper en zout