

Groentepakket week 37-2017  
OVERESCH EKOLOGISCHE LANDBOUW

Hondemotsweg 40, RAALTE  
telefoon 0572-391674  
www.overesch.nl  
info@overesch.nl



Deze week in het pakket: paksoi, wortels, bietjes, witlof en uienmix.

### Stamppot paksoi

800 g kruimige aardappels  
1 ui  
rijstolie  
300 g gehakt  
1 tl sambal  
250 g kastanje champignons  
1 paksoi  
100 ml magere melk  
100 g ongezouten pinda's  
zout  
versgemalen peper

Breng alvast een pan met water en zout aan de kook voor de aardappels.

De aardappels

Schil de aardappels en snijd ze door de helft.

Kook de aardappels in circa 20 minuten gaar.

Het gehakt bakken:

Pel en snipper de ui grof.

Verhit olie in een wok en fruit de ui.

Voeg het gehakt toe en roer los.

Kruid het gehakt met de sambal en roer goed door. Bak het gehakt op middelhoog vuur in circa 10 minuten bruin.

De champignons bakken:

Maak de champignons schoon en snijd in vieren.

Verhit een pan met een scheutje olie en bak hierin de champignons op hoog vuur in circa 5 minuten bruin.

Breng op smaak met zout en peper.

De paksoi bakken:

Maak de bladeren van de paksoi los en was ze goed. Snijd het wit in kleine stukjes. Snijd het groen in zo dun mogelijke reepjes.

Verwarm een koekenpan met een scheutje olie en stook hierin het wit en groen van de paksoi in circa 3 minuten zacht.

De stamppot:

Aardappels afgieten, droog stomen en pureren.

Rooster de pinda's in een droge koekenpan licht bruin.

Roer warme melk, samen met pinda's, paksoi en gehakt door de puree.

Breng op smaak met zout en peper.

Serveren de stamppot met de gebakken champignons.

### Gekaramelliseerde witlof met scholfilet

Voor de witlof met scholfilet

800 g kruimige aardappels

8 stronkjes witlof

olijfolie om in te bakken

150 g kristalsuiker

scheutje balsamicoazijn

250 g roomboter  
250 g ongezouten gebakken cashewnoten  
1 ei  
400 g scholfilet  
1 citroen

#### Bereiden

- Breng een pan met water en een beetje zout aan de kook.
- Schil en snijd de aardappels doormidden en kook ze in de pan met water in circa 20 minuten gaar.
- Snijd de onderkant van de witlof en halveer de stronkjes in de lengte.
- Verhit een scheut olijfolie in een brede bakpan en bak de witlof met de snijkant naar beneden circa 4 minuten. Bestrooi met de suiker en schud de pan om. Karamelliseer de witlof in circa 4 minuten.
- Blus af met de balsamicoazijn, laat kort koken tot de suiker is opgelost en voeg een derde van de boter toe.
- Hak de cashewnoten grof en houd 2 eetlepels apart voor de garnering.
- Giet de aardappels af en stoom droog. Pureer de aardappels fijn met een pureestamper en meng er de helft van de resterende boter en het ei erdoor. Breng de aardappelpuree op smaak met een beetje zout en versgemalen peper en meng de cashewnoten erdoor.
- Verwarm de rest van de boter met een scheutje olijfolie in een koekenpan. Voeg de scholfilets toe en bak ze circa 3 minuten rondom.
- Halveer de citroen en pers het sap van een halve citroen uit boven de scholfilets. Snijd de andere helft in plakken.

#### Serveren

- Schep een flinke lepel aardappelpuree op bord. Schep de witlof om de puree en leg de schol op de aardappelpuree. Garneer met de cashewnoten en een plakje citroen.

## Bieten-linzenburger

1 komkommer  
3 teentjes knoflook  
3 voorgekookte rode bieten  
0,5 blik gekookte linzen  
2 eieren  
100 g paneermeel  
1 tl gemberpoeder  
zonnebloemolie  
200 g Griekse yoghurt  
40 ml olijfolie extra vierge  
1 citroen  
100 g feta  
8 hamburgerbroodjes  
Extra nodig  
grove rasp  
staafmixer met bijbehorend bakje

Rasp de komkommer met een grove rasp. Doe de komkommer in een zeef en meng er een flinke snuf zout door. Het zout onttrekt het vocht uit de komkommer. Laat de komkommer circa 15 minuten boven een bakje uitlekken.

Pel en snijd 1 teentje knoflook in grove stukken.

Pel en snijd 2 bieten in grove stukken.

Laat de linzen uitlekken en pureer met de bieten, gesneden knoflook, eieren, paneermeel en gemberpoeder fijn en breng op smaak met een beetje zout en versgemalen peper. Meng het geheel tot het de dikte en structuur van gehakt heeft maar meng niet te lang anders wordt het mengsel vochtig. Vorm met je handen stevige burgers van het bieten-linzengehakt en laat circa 15 minuten opstijven in de koelkast.

Pel en pers de resterende knoflook en meng voor de tzatziki met de Griekse yoghurt, de olijfolie extra vierge en rasp en sap van de citroen en uitgelekte komkommer. Breng op smaak met versgemalen peper.

Brokkel de feta in grove stukken.

Pel en snijd de resterende biet in plakken.

Snijd de hamburgerbroodjes open en bak ze circa 3 minuten op de snijkant tot ze goudbruin en een beetje krokant zijn.  
Verwarm een koekenpan en bestrijk de burgers met zonnebloemolie. Bak de burgers circa twee minuten per kant tot ze een bruin en krokant korstje hebben.  
Serveren  
Bestrijk de gebakken kanten van de hamburgerbroodjes met tzatziki. Leg de bietenburger er op, daarna de plakken biet, verdeel er wat feta op en leg de bovenkant van het broodje erop.

**Eet smakelijk!**

