

Aan de Koffietafel

Het recept van de maand Maart

Stampot rode biet a la Paul

En wat eten we vandaag.....STAMPPOT RODE BIET.

Wat hebben we hiervoor nodig:
ongeveer 750 gram aardappelen.
2 potten rode biet a 680 gram
4 flinke uien
ongeveer 300 gram gerookte spekblokjes.

We gaan de aardappelen schillen,wassen,halveren en koken.
Men kan eventueel meer aardappelen koken en deze
de volgende dag gebruiken voor gebakken aardappelen.
(zelf kook ik de aardappelen zonder zout)
De rode bieten zetten we op een zacht vuur
en laten deze langzaam warm worden. (niet koken)
Terwijl de aardappelen en de rode bieten op het vuur staan kunnen we
de spekjes langzaam aanfruiten in niet teveel boter.(het liefst in vloeibaar dit is beter voor de
gezondheid)
De uien schillen,halveren,dun snijden en toevoegen aan de spekjes.
Als de aardappelen gaar zijn deze afgieten.
Voeg de rode bieten zonder vocht bij de aardappelen en stampen maar.
Als de spekjes en uien mooi lichtbruin van kleur zijn voegen we deze toe aan de
gestampte aardappelen en bieten en scheppen dit geheel door elkaar.

Vleestip bij dit gerecht:
Gebakken speklapjes.
De speklapjes licht bestrooien met kipkruiden en in olie knapperig bakken.

Nog een vleestip:
Magere rookworst.
De rookworst kan men op de normale manier verwarmen en serveren.
MAAR.....men kan ook de rookworst in plakjes snijden en deze licht bruin bakken.

SUCCES EN SMIKKELEN EN SMULLEN MAAR!!!!!!!!!!!!

Paul Fonk
Kok bij de Heksenhoed in Buren.

