



Vegetarische groenten ovenshotel met aardappelpuree kaas

Ingrediënten

- 1 Zak MAGGI Aardappelpuree à la minute Kaas
- 1 Rode ui
- 1 Teentje knoflook
- 300 g Broccoli
- 250 g Pompoen
- 250 g Champignons
- 2 Ei
- 50 g Hazelnoten
- 2 el Olijfolie

Instructie

1. Breng een pan met ruim water aan de kook. Verwarm de oven voor op 200 °C. Blancheer de broccoli 4 minuten in het kokende water en giet af.
2. Verhit 1 eetlepel olie in een ruime koekenpan en bak de pompoenblokjes in ongeveer 8 minuten net gaar. Bak de uien en knoflook 4 minuten mee en breng op smaak. Schep het mengsel met de broccoli in de ovenschaal. Verhit de andere eetlepel olie en bak de champignons ongeveer 4 minuten en voeg ze bij de andere groenten.
3. Bereid de aardappelpuree kaas volgens de bereidingswijze op de verpakking maar met 50 ml minder water. Roer de eieren door de puree en verdeel deze over de groenten in de ovenschaal.
4. Bestrooi met de hazelnoten en bak de schotel in ca. 25 minuten goudbruin in de oven.

Voedingswaarden tonen

koolhydraten	41.23 g
Energie	395.77 kcal
vetten	21.25 g
Eiwit	13.52 g

35 Min

4 Porties