



Vegetarische dageschotel met linzen en paprika-goulashsaus

Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Dageschotel Paprika-goulashsaus met champignons en kip
- 250 g Sperziebonen
- 1 Gele paprika
- 200 g Linzen
- 1 Witte ui
- 200 g Rijst
- 75 ml Kookroom
- 1 el Olijfolie

Instructie

1. Kook de sperziebonen (beet)gaar in een pan met weinig water. Giet de bonen af. Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
2. Verhit de olie in een koekenpan en bak de ui kort aan. Voeg de paprika toe en bak deze 2 minuten mee.
3. Zet het vuur laag en voeg het water, de kookroom en de inhoud van het zakje toe en breng het geheel al roerend aan de kook.
4. Laat het geheel vervolgens ca. 5 minuten, onder af en toe roeren, zachtjes doorkoken.
5. Roer kort voor het serveren de linzen door het gerecht. Serveer met de rijst.

Voedingswaarden tonen

koolhydraten	77.74 g
Energie	449.25 kcal
vetten	8.44 g
Eiwit	20.75 g

25 Min

3 Porties