



Rode kool ovenschotel met gehakt

Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Aardappelpuree voor Ovenschotel
- 1 Witte ui
- 2 Teentje knoflook
- 350 g Rode Kool
- 70 g Tomatenpuree
- 300 g Rundergehakt
- 2 Appels
- 75 ml Rode Wijn
- 0.5 tl Kaneel
- 1.5 el Paneermeel
- 2 g Boter
- 4 el Olijfolie

Instructie

1. Verwarm de oven voor op 200 °C. Verhit de helft van de olie in een braadpan en bak hierin op middelhoog vuur de ui en knoflook 3 minuten. Voeg het gehakt toe en bak het in 5 minuten rul. Voeg de tomatenpuree, wijn en kaneel toe, laat het geheel nog 5 minuten sudderen.
2. Bereid de aardappelpuree volgens de aanwijzingen op de verpakking.
3. Vet een ovenschaal in met de rest van de olie. Schep het gehaktmengsel in de ovenschaal. Verdeel de rode kool er over en vervolgens de plakjes appel. Dek af met de puree, en bestrooi deze met het paneermeel.
4. Verdeel de boter in vlokjes over de schotel. Bak 25 minuten in de oven en serveer het gerecht. Eet smakelijk.
5. Geniet van de lekkerste overschotel met gehakt en rode kool!
6. De ovenschotel kan maximaal vijf dagen in de koelkast worden bewaard en tot wel drie maanden in de vriezer. Zorg ervoor dat de schotel goed is afgedekt met folie of in een luchtdichte bak wordt bewaard. Als je de ovenschotel opnieuw wilt opwarmen, kun je hem het beste eerst volledig laten ontdooien. Vervolgens verwarm je de ovenschotel in een voorverwarmde oven op ongeveer 180°C gedurende 20-30 minuten. Zo geniet je niet alleen van een heerlijke maaltijd met minimale inspanning, maar ben je ook lekker duurzaam bezig.
7. Bekijk dan zeker ook eens onze

Voedingswaarden tonen

62 Min

koolhydraten 57.81 g
Energie 689.22 kcal
vetten 39.01 g

3 porties

Eiwit

24.25 g