Prei champignon

Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Hollands Pannetje Champignonsaus met prei en kip
- 300 g Prei
- 300 g Champignons
- 320 g (Vegetarische) Kipstukjes
- 100 ml Kookroom

Instructie

1. Snijd de champignons in kwarten, snijd de prei in ringen, was deze en laat goed uitlekken. Snijd de (vegetarische) kipstukjes in blokjes.

2. Bak de (vegetarische) kipstukjes met een eetlepel olie in een braad- of hapjespan aan totdat deze goudbruin zijn. Voeg vervolgens de champignons en de prei toe en bak deze even mee.

3. Zet het vuur laag en voeg de sausmix, 200 ml koud water en 100 ml kookroom toe. Breng het geheel onder af en toe roeren aan de kook.

4. Laat het gerecht ca. 10 minuten met een deksel schuin op de pan, onder af en toe doorroeren, zachtjes sudderen op laag vuur. Eet smakelijk!

5. Het prei-champignon gerecht kan eenvoudig worden bewaard voor later gebruik. Laat het gerecht eerst volledig afkoelen op kamertemperatuur om condensatie te voorkomen. Plaats het vervolgens in een luchtdichte verpakking of dek het goed af met plasticfolie of aluminiumfolie. In de koelkast blijft het gerecht tot 3-4 dagen houdbaar. Voor langere bewaring kan het ook worden ingevroren; verdeel het in porties en verpak deze in luchtdichte diepvrieszakken of -containers, waar het tot 2-3 maanden houdbaar is. Bij het opwarmen kun je het gerecht in een pan op laag vuur verwarmen of in de oven op 180°C tot het goed doorwarmd is, wat ongeveer 15-20 minuten kan duren. Je kunt het ook in de magnetron opwarmen in intervallen van 1-2 minuten, waarbij je tussendoor roert voor een gelijkmatige verhitting. Controleer altijd de smaak en textuur na het opwarmen en geniet van je heerlijke prei-champignon gerecht!

Voedingswaarden tonen

koolhydraten 26.63 g

20 Min

3

Energie	308.53 kcal
vetten	12.03 g
Eiwit	25.91 g