

Gestoomde wittekool

Ingrediënten:

- 800 g wittekool
- 1 appel
- 1 citroen (alleen het sap)
- 2 uien
- 1 eetl. mosterd op traditionele wijze
- 3 eetl. olijfolie
- 2 eetl. sojasaus
- 3 koffiel. kerriepoeder
- peper en zout

Vorbereiding:

1. Snij de wittekool in reepjes en dan in kleinere stukjes.
2. Schil de appel, snij in blokjes en besprenkel met het citroensap.
3. Snipper de uien fijn.

Bereiding:

20 min.

1. Verhit de olijfolie en bak de uien glazig.
2. Voeg de mosterd en kerrie toe en roer goed onder.
3. Voeg de wittekool toe en roerbak gedurende 4 min.
4. Giet er 2 dl water over en voeg de sojasaus en de blokjes appel toe.
5. Laat 15 min. afgedekt sudderen.
6. Roer af en toe tot de kool zacht geworden is. Kruid naar smaak met peper en zout.

Tip

Lekker met gebakken kip, worstjes, merguez, chipolata of vegetarische vleesvervangers.

Basiskeuken

1. Snij de wittekool in fijne reepjes.
2. Kook de reepjes gaar in licht gezouten water.
3. Giet af en laat uitlekken.
4. 2. Stoof een fijngesnipperde ui glazig in 2 eetl. boter en voeg de wittekool toe.
5. Overgiet met 2 dl bouillon (1/2 blokje opgelost in 2 dl heet water) en stoof nog 15 min. tot de kool zacht is.

