

## Boerenkoolstamppot

4 personen

### Nodig:

800 gram boerenkool  
500 gram kruimige aardappelen  
500 gram knolselderij  
1 ui  
2 tenen knoflook  
olijfolie  
zout, peper



### Bereiding:

Was de boerenkool, rits de bladeren van de nerf en snijd deze fijn.  
Schil de aardappelen en snijd deze in stukjes.  
Schil de knolselderij en snijd deze in blokjes.  
Schil de ui en knoflook en snijd deze fijn.  
Kook aardappelen en knolselderij in een laagje water met een beetje zout gaar.  
Verhit een kookpan, voeg de olie en ui en knoflook toe.  
Fruit deze glazig.  
Voeg de fijngesneden boerenkool toe en stoof deze gaar.  
Giet de aardappelen, knolselderij af en bewaar het kookvocht.  
Stamp de aardappelen, knolselderij en boerenkool door elkaar.  
Voeg al het te droog is nog wat kookvocht of melk toe.  
Maak op smaak met peper en nootmuskaat.

Lekker met gebakken pompoen en hachee van kidneybonen.

### Variaties:

- Roer 200 gram Leidse Sleutelkaas door de stamppot en semi gedroogde tomaatjes
- Vervang de kaas door geroosterd hazelnoten
- Bak plakjes tofu krokant en meng deze met een dressing van sojasaus, sesamolie, gembersiroop en rijstwijnazijn. Roer eventueel wat kerrie door de stamppot

## Boerenkoolpesto

### Nodig:

100 gram boerenkool of palmkool  
50 gram oude kaas, geraspt  
1 teentje knoflook  
50 gram walnoten  
1 tl. citroensap  
100 ml olijfolie  
zout en peper

### Materiaal:

Pan, maatbeker, schuimspaan, vergiet,  
mes, snijplank, keukenmachine



### Bereiding

- Breng een pan met 1 liter water aan de kook.
- Was de boerenkool.
- Haal de nerf uit de boerenkool.
- Snijd de boerenkool in grove stukken.
- Doe de boerenkool 3 minuten in het kokende water.
- Haal de boerenkool met een schuimspaan uit het hete water en doe deze in een vergiet.
- Spoel de boerenkool na met koud water.
- Laat de boerenkool uitlekken, knijp het resterende water er met je handen uit.
- Rasp de kaas.
- Pel de knoflook en snijd in stukjes.
- Doe de boerenkool, walnoten, citroensap en 100 ml olijfolie in de keukenmachine. Maal fijn tot een pesto.
- Voeg extra olijfolie toe totdat de pesto de gewenste dikte heeft.
- Breng op smaak met zout en witte peper.
- Verdeel de pesto over stukjes brood.

## Rode koolsalade

4 personen

### Nodig:

300 gram rode kool

100 gram winterpostelein

1 rode ui

100 gram walnoten

120 gram blauwe kaas



### Dressing:

50 ml balsamico azijn

75 ml olijfolie

Peper, zout

### Bereiding:

Snijd de rode kool fijn op een mandoline of snijd heel fijn met een mes.

Was de winterpostelein.

Schil de ui, snijd door de helft en in ringen

Meng de rode kool met de dressing.

Doe de winterpostelein in een schaal, leg hierop de rode kool. Garneer met de rode ui, walnoten en verbrokkel de blauwe kaas erover.

### Variatie:

Vervang de winterpostelein door de wilde planten kleine veldkers, paardenbloemblad en vogelmuur.