

ROAMING CHEFS

STOOF TRIO

VEGETARISCH
BEREIDINGSTIJD: 20 MINUTEN

"BON APPÉTIT"

IN DE BOX:

- (A) Paddenstoelen stoof met spijkerzwammen
en eekhoorntjesbrood 🌿 🍄
- (B) Groenten herfst stoof 🍄
- (C) Vegan curry 🌿
- (D) Rijst
- (E) Aardappel gratin 🍷
- (F) Pita's 🌿 *
- (G) Piccalilly crème 🍷 🌿
- (H) Rode ui chutney 🍷
- (I) Pickles 🍷
- (J) Gebakken uitjes
- (K) Amsterdamse uitjes 🍷 🌿

BENODIGDHEDEN:

- Oven
- Koekenpan
- Bakplaat
- Aluminiumfolie
- 3 diepe borden/schalen
- Vergiet
- Soeppan (voor stoof)
- Soeppan (voor rijst)

ALLERGENEN LEGENDA

- | | | |
|-----------|------------|-----------|
| 🌿 Gluten | 🍄 Selderij | 🍷 Sulfiet |
| 🍷 Mosterd | 🌿 Soja | 🍷 Zuivel |

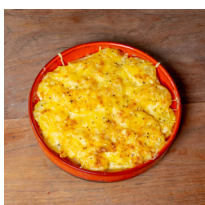
* sporen van ...



INSTRUCTIES

OM TE BEGINNEN

1. Verwarm de oven voor op 85 graden.
2. Leg alle componenten uit op het aanrecht.
3. Zet een middelgrote soeppan op het vuur en vul deze tot ongeveer de helft met water.
4. Zet de playlist aan voor tijdens het koken.



STOOF (A, B, C)

1. De 3 vacuüm zakken waar de stoven in zitten, kunnen in de pan met het hete water worden gelegd. Van belang is dat het water niet kookt, dit doe je door het vuur op de stand middelmatig tot laag te doen. Verwarm de zakken met **paddenstoelen-, herfst groenten-stoof** en de **vegan curry** gedurende 10-15 minuten.
2. Pak 3 diepe borden of schalen.
3. Haal de zakken met het stoofvlees na de kooktijd uit het waterbad.
4. Doe in de diepe borden/schalen de stoofvlezen.
5. Tip: om de stoven uit elkaar te houden garneer deze met diverse kruiden, als peterselie of basilicum.

RIJST (D)

1. Doe de **rijst** in een middelgrote soeppan.
2. Spoel de rijst schoon onder de koude kraan in de wasbak. Dit doe je door de rijst met je hand rustig om te scheppen en het troebele water uit de pan te gieten. Herhaal dit proces een aantal keer totdat het water helder is.
3. Giet de rijst af in een vergiet.
4. Doe de rijst vervolgens weer terug in de soeppan en zet deze op het vuur met 4 L water.
5. Breng de rijst aan de kook met een snuf zout.
6. Giet de rijst af na 10-15 minuten.
7. Laat vervolgens de rijst een minuut uitdampen.

AARDAPPEL GRATIN (E)

1. Doe de **aardappel gratin** in een oven voor 20 minuten op 180 graden.
2. Voeg eventueel nog extra geraspte kaas toe.

MUZIEK TIJDENS HET VOORBEREIDEN.



PITA MET PICCALILLY CRÈME (F, G)

1. Doe als laatste de **pita's** in de oven op 180 graden en bak deze af voor 2 tot 3 minuten.
2. Serveer naast de pita's de **piccalilly crème**.

EXTRA'S (H, I, J, K)

1. Voor bij de stoof, rijst, gratin kan je ervoor kiezen om nog wat extra **rode uien chutney, gepekeld groenten, Amsterdamse zilveruitjes** en **gebakken uitjes** toe te voegen.
2. Doe deze componenten in kleine bakjes op tafel naast de stoven. Dan kan ieder naar eigen smaak wat kiezen.



1. MAAK EEN FOTO VAN JOUW GEDEKTE TAFEL
2. TAG & VOLG ONS OP DE SOCIALS @EAT.SOUS
3. WIE WEET WORDT JIJ DE SOUS-ERVARING VAN DE MAAND!

LIEFS VAN TEAM SOUS!

