



SPRUITJES KALKOENSPEK BOSCHAMPIGNONS KRIELTJES



Ingrediënten (voor 4 personen):

- 1 kg spruitjes
- 250 g boschampignons
- 800 g krieltjes
- 400 g kalkoenspek
- 1 ui
- 2 el gezonde margarine
- peper, zout, nootmuskaat en peterselie



Bereidingswijze:

- Kuis en was de spruitjes en stoom ze beetgaar.
- Was de boschampionns en snij ze in stukjes.
- Was de krieltjes, kook ze beetgaar en snij ze in stukjes.
- Pel de ui en snij deze fijn.
- Laat de vetstof smelten in een diepe pan en bak hierin de ui aan samen met het kalkoenpek.
- Voeg vervolgens de spruitjes, de boschampionns en de krieltjes toe en kruid met peper, zout, nootmuskaat en peterselie.
- Stoof het geheel nog even verder op en dien op in diepe borden als een winters éénpansgerecht.
- Laat het smaken!