

Gebakken polenta en quinoa met asperges, kerstomaatjes en kruidenolie



Ingrediënten

Ingrediënten voor 10 porties:

500g Ardo Groene asperges

500g Ardo Kerstomaatjes

200g Ardo Quinoa

50g Ardo Italiaanse kruidenmix

10g Ardo Lookblokjes

500g tomatensaus

200g maïsgriesmeel/polenta

8dl groentebouillon

100g boter

100g Parmezaanse kaas

1dl olijfolie

Peper en zout

Bereidingswijze

1. Leg de asperges en kerstomaatjes op een ovenschaal, besprenkel met olijfolie en de look en breng op smaak met peper en zout.
2. Breng de groentebouillon aan de kook, voeg het maïsgriesmeel toe en laat zachtjes verder koken tot deze gaar is. Meng daarna met de quinoa, boter en de parmezaan. Breng op smaak met peper en zout. Giet daarna in een schaal om af te koelen.
3. Meng de Italiaanse kruidenmix met de tomatensaus. Laat even sudderen en breng op smaak.
4. Bak de asperges en de kerstomaatjes in de oven, 10-15min op 180°C.
5. Snij de polenta in de gewenste vorm en bak ze in de pan.
6. Serveer de ovengebakken groenten met de polenta en de tomatensaus.

Allergenen

Milk

