

Bloemkoolshotel met prei en salami



Bereidingstijd: 50 min **Personen:** 4 **Categorie:** Rundvlees **Gerecht type:** Ovenschotel

Per portie: 717 kcal, 34g eiwit, 44g vet, 54g koolhydraten

Ingrediënten

- 1 bloemkool
- 600 gr aardappels
- 1 prei
- boter
- 100 gr salami(in reepjes)
- 150 gr gruyère
- 4 el panko of paneermeel

Bereiding

1. Verwarm de oven voor op hetelucht 160 graden en vet een ovenschaal in met olie. Snijd de bloemkool in roosjes en was deze even in zout water. Kook de bloemkool ca 5 minuten voor. Schil de aardappels, snijd ze in grove stukken en kook ze in ca 20 minuten gaar. Snijd de prei in ringen en bak deze even aan in een koekepan met wat olie.
2. Stamp de aardappels fijn en roer de boter erdoorheen. Breng op smaak met peper en zout. Roer de helft van de groente en de helft van de salami door de puree.
3. Verdeel het aardappel mengsel over de ovenschotel en verdeel hierover de rest van de groente en de salami. Bstrooi met gruyère en de panko. Bak de bloemkoolshotel in ca 25 minuten gaar in de oven. Serveer direct