



Ovenschotel met broccoli, witte bonen, pijnboompitten en kaas



Bereidingstijd

> 1h



Moeilijkheidsgraad

Gemiddeld



Ingrediënten

2 uien (fijngesneden)
olijfolie
2 stronkjes broccoli (in kleine stukjes gesneden)
4 teentjes knoflook (fijngesneden)
peper en zout
nootmuskaat
500 gram witte bonen
4 deciliter lichte room (20 %)
75 gram pijnboompitten
100 gram panko
100 gram parmezaan (geraspt)
2 lente-uitjes (fijngesneden)

Bereidingswijze

- 1.** Fruit de uien glazig in olijfolie in een grote braadpan. Voeg de broccoli toe en laat die 10 minuten mee-bakken. Voeg de knoflook toe en roer goed. Breng alles op smaak met peper, zout en nootmuskaat. Schep dit mengsel in een ovenschotel.
- 2.** Voeg de uitgelekte en afgespoelde witte bonen en de room toe. Roer goed.
- 3.** Rooster de pijnboompitten in een pan zonder vetstof tot ze mooi goudbruin zijn.
- 4.** Bestrooi de broccoli en bonen met de pijnboompitten, de panko en de Parmezaanse kaas. Zet 30 minuten in een op 180 °C voorverwarmde oven.
- 5.** Werk af met de lente-uitjes en serveer meteen.