

Preisaus

Bijgerecht

Bereidingstijd: 30 minuten

Ingrediënten:

1 ui
500 gram prei
1 aardappel
1 eetlepel vloeibare margarine
1½ deciliter melk
1 teentje knoflook
1 theelepel bouillonpoeder
½ theelepel gemalen Zwitserse groene kaas
zout
peper

Bereiding:

1. *Pel de ui en snipper hem.*
2. *Verwijder van de prei de lelijke bladeren en het stronkje.*
3. *Snijd hem in ringen, was hem in een zeef en laat hem uitlekken.*
4. *Schil de aardappel en snijd hem in blokjes.*
5. *Verhit de vloeibare margarine in de pan.*
6. *Fruit de ui ongeveer 3 minuten*
7. *Voeg de prei, de aardappel, de melk, het uitgeperste teentje knoflook en het bouillonpoeder toe.*
8. *Breng het aan de kook en kook het in ongeveer 20 minuten gaar.*
9. *Pureer de preimassa in een blender en doe het terug in de pan en verwarm het zachtjes.*
10. *Roer de groene kaas erdoorheen.*
11. *Breng het op smaak met zout en peper.*

Serveertip:

Lekker met gegrilleerd varkensvlees of kip.

Voedingswaarde per persoon:

53 kcal
2 gram eiwit
4 gram vet
3 gram koolhydraten