

Champignonragout met een Griekse twist

Champignonragout met een Griekse twist. Traditionele ragout die je eigenlijk altijd wel kan eten. Het meest bekende is natuurlijk met een pasteibakje maar ook een geroosterde boterham, rijst of pasta doet het super met deze ragout. Eten de kinderen mee, dan kun je ervoor kiezen om de ouzo weg te laten.

Voor 10 personen / 10 pasteibakjes

Bereidingstijd < 30 minuten

Ingrediënten

- 500 gram kastanjechampignons
- 150 gram oesterzwammen
- 3 uien
- 125 gram roomboter
- 125 gram bloem
- 1 liter bouillon
- 100 ml ouzo
- 4 flinke eetlepels verse peterselie
- Zout/peper naar behoefte
- 4 eetlepels olijfolie

Bereiding

Snipper de uien en snij de champignons en oesterzwammen in kleine plakjes.

Verhit de olijfolie in een pan en bak de uien, oesterzwammen en champignons aan.

Laat in een andere pan de boter op laag vuur smelten, voeg de bloem toe en blijf goed roeren met een houten of plastic lepel.

Het mengsel gaat ploppen (koken), blijf nu goed roeren anders bakt het aan. Het moet ongeveer 2-3 minuten blijven ploppen, dit zorgt ervoor dat de bloem gaar wordt.

Voeg vervolgens de bouillon en de ouzo in fases toe totdat de ragout een mooie dikte voor jou heeft.

Voeg de gebakken uien/champignons toe en verwarm alles nog goed door.

Roer tenslotte de vers gesneden peterselie en eventueel wat peper en zout toe.

Als je vindt dat de ragout te dik is, voeg dan nog wat water toe.

Geniet van deze champignonragout met een Griekse twist tijdens en feestje, Pasen, Kerst of gewoon lekker tussendoor.

Voedingswaarde per eenpersoons portie exclusief pasteibakje, brood of rijst

Energie (kcal)	Vet (g)	Verzadigd vet (g)	Eiwit (g)	Koolhydraten (g)	Vezels (g)	Zout (g)
219	14,6	7,3	3,6	11,5	2,3	1