



## Champions met Asiamix en knoflook

Dit gerecht kan je als voorgerecht serveren met Turks brood of stokbrood of als bijgerecht bij het hoofdgerecht. De Aziatische kiemen geven dit gerecht een heerlijk knapperige smaak en daarnaast is het lekker en gezond.

### Nodig:

- 3 eetlepels olijfolie
- 1 eetlepel roomboter
- 1 bakje champignons
- 1 halve kiembak Aziatische mix
- 3 teentjes knoflook
- 1 theelepel piment
- 1 theelepel nootmuskaat
- 1 theelepel korianderzaad
- grof zeezout (in maal molentje)
- zwarte peper
- Cayenne peper

3 eetlepels fijngehakte verse kruiden naar keuze, bv. Peterselie, basilicum, dille, koriander

### Vooraf:

Maak de champignons schoon, het liefst met een zachte borstel en snijd de grotere door midden. Hak de knoflook fijn en plet de korianderzaadjes. Haal de kiemgroenten uit de kiemkas en spoel kort af met koud water. Lek ze daarna uit.

### Bereiding:

Giet de olijfolie in een pan en voeg de roomboter toe. Fruit daarin de knoflook 10 tot 15 seconden. Voeg daarna de champignons, piment, nootmuskaat, koriander, zeezout (naar smaak toevoegen), zwarte peper en cayenne peper toe. Laat dit 7 tot 8 minuten sudderen met het deksel op de pan. Roer zo nu en dan even door en laat het geheel daarna nog 3 tot 4 minuten doorsudderen zonder deksel. Voeg daarna de Asiamix en de verse kruiden toe.

Serveer bij dit gerecht Turks brood, Naan brood of stokbrood.

## Eet smakelijk!

