

Raapstelen stampot variaties

Bewaren

Raapstelen kun je een paar dagen bewaren in de groentelade van je koelkast. Wikkel ze liefst losjes in een vochtige theedoek of krant.

Ingrediënten

- kruimige aardappelen of andere knollen
- raapstelen of andere bladeren

Bereiding

Raapstelen zijn een paar weken in mei / juni verkrijgbaar. Je maakt als volgt een lekkere stampot:

Was de raapstelen en snij ze in kleinere stukken.

Schil de aardappelen, was ze en zet net onder water.

Breng aan de kook en kook de aardappelen in ca. 20 minuten gaar.

Giet af in een pannetje of beker (het vocht heb je misschien nodig als je stampot te droog wordt)

Stamp de aardappelen tot puree, liefst met een stamper (het kan ook met een mixer, maar gebruik in geen geval je staafmixer of een foodprocessor omdat dan de celwanden van de aardappel stukgaan, het zetmeel vrijkomt en je puree naar behangerslijm gaat smaken)

Roer de raapstelen met een flinke pollepel door de puree. Waarschijnlijk is je puree inmiddels wat afgekoeld, dus je kunt dit doen met de warmtebron eronder zachtjes aan, dan slinken de bladeren beter. Maar pas op, blijf stevig roeren want het brandt snel aan en misschien heb je dan het vocht uit dat pannetje nodig. Je kunt dan ook melk gebruiken als je het vocht toch door de gootsteen hebt gespoeld.

Variaties:

- Vervang (een deel van de aardappelen) door zoete aardappelen, winterpeen of pastinaak
- Vul de raapstelen aan met een ander blad, zoals rucola, bladeren van rode bieten, postelein of vogelmuur
- Bak ondertussen wat uitjes en/of stukjes champignon en/of zongedroogde tomaten en roer ze door de stampot. Je kunt dit ook op het bord bovenop de stampot leggen.
- Spekjes of blokjes kaas erdoor roeren
- Serveer er een stukje witvis bij ipv vlees