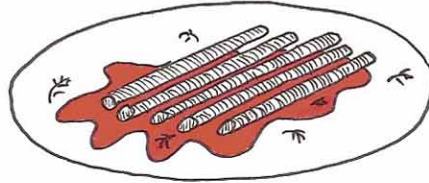


Gestoofde haricots verts met tomat & tijm (4 personen) (vegetarisch)

Bereiden: 15 minuten
In de pan: 30 minuten

Nodig:

- 450 g haricots verts
- 5 grote rijpe tomaten
- 5 sjalotjes
- 2 knoflookteuen
- handje verse tijm
- olijfolie
- Zout & peper



Doen:

Zet alvast water op om de tomaten te ontvelen.
Snipper intussen de sjalotjes en hak de knoflook fijn.

TIP!
geen water nodig



de boontjes stoven gaar in het vocht van de tomaten



Verwarm wat olijfolie in een hapjespan en fruit de sjalot en knoflook heel zachtjes een paar minuten.

Ontvel intussen de tomaten. Snij ze in vieren en verwijder de zaddies. Hak ze in kleine stukjes. Doe bij de sjalot en laat even meerpuffelen.

Ris de blaadjes tijm van de takjes en doe erbij, plus zout & peper. Maak intussen de boontjes schoon en snij ze eventueel doormidden. Doe ze in de pan en schep goed om. Laat met deksel op de pan in ± 30 minuten op zacht vuur gaar worden.



TIP!
lekker bij een balletje gehakt & rijst

en morgen (koud) lekker als salade!

TIP!

Tomaat ontvelen

