



Champignonstroganoff

Een vegetarische versie van de klassieke stroganoff met een mix van kastanje- en gewone champignons in een romige saus met paprikapoeder en mosterd. Snel klaar en heerlijk bij rijst of tagliatelle.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	30'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

600 g gemengde champignons (kastanjechampignons en gewone champignons)
2 uien
2 teentjes knoflook
200 ml kookroom
1 eetlepel scherpe mosterd
1 koffielepel zoet paprikapoeder
1 eetlepel bloem
300 ml groentebouillon

1 eetlepel sojasaus
een handvol platte peterselie
2 eetlepels olijfolie
peper en zout

Bereidingswijze

1. Verwijder eventuele aarde van de champignons met een vochtig doekje en snijd ze in dikke plakken. Pel de uien en snijd ze in halve ringen. Pel de knoflook en hak hem fijn.
2. Verhit een grote pan op hoog vuur en voeg de olijfolie toe. Bak de champignons in twee of drie porties gedurende 6 tot 8 minuten per portie tot ze goudbruin zijn. Schep ze uit de pan en leg ze apart.
3. Zet het vuur lager en stoof de ui in dezelfde pan gedurende 3 tot 4 minuten tot hij glazig is. Voeg de knoflook toe en bak nog 1 minuut mee.
4. Strooi het paprikapoeder en de bloem over de ui en roer alles gedurende 1 minuut goed door zodat de bloem gaart en niet meer rauw smaakt.
5. Giet de groentebouillon erbij terwijl je blijft roeren. Laat de saus 3 tot 5 minuten zachtjes koken tot ze licht bindt.
6. Roer de kookroom, de mosterd en de sojasaus erdoor. Voeg de champignons terug toe en laat alles nog 5 minuten zachtjes pruttelen op een laag vuur.
7. Proef en kruid bij met peper en zout. Hak de peterselie fijn en strooi die over het gerecht vlak voor het serveren.

Tip

Bak de champignons nooit allemaal tegelijk in de pan. Te veel champignons tegelijk verlagen de temperatuur van de pan waardoor ze stomen in plaats van bakken en geen mooie bruine korst krijgen.

Lekker met

Gekookte rijst of tagliatelle

Dranktip

Een lichte rode wijn zoals een Pinot Noir past goed bij de aardse smaak van de champignons en de romige saus.