

Roergebakken witlof met honing en abrikozen

Roergebakken witlof met honing en abrikozen

Bijgerecht. 4 personen. Bereiding ca. 12 minuten.

8 stronkjes witlof (1100-1200 gram)
100 gram gewelde abrikozen
2 eetlepels olijfolie
2-3 eetlepels honing (naar eigen smaak)
1½ theelepel kaneel
2 theelepels bouillonpoeder
50 gram geroosterde pijnboompitjes

Maak de stronkjes witlof schoon, verwijder de buitenste blaadjes, snij een schijfje van de onderkant af, snij de kegelvormige 'pit' ruim weg. Snij de witlof in reepjes. Snij de gewelde abrikozen in kleine stukjes.

Verhit de olijfolie in een wok. Roerbak de witlof 3-4 minuten op een hoog vuur in de wok, tot ze iets verkleurt. Voeg de honing en ½ dl water toe. Schep goed om. Voeg de abrikozenstukjes, kaneelpoeder en bouillon toe. Blijf al omscheppend roerbakken tot de witlof gaar is. Breng eventueel nog op smaak met wat peper. Bestrooi bij het serveren met de pijnboompitjes.

Per portie

25 gram fruit
200 gram groente