




La Comida Deliciosa

Recept – recipe - receta

| | | |
|---|--|--|
| <p>Zoete aardappelschotel met courgette en feta Hoofdgerecht (4 personen)</p>  <ul style="list-style-type: none">• 800 g zoete aardappelen, geschild, in plakjes• 4 eieren• 150 ml Griekse yoghurt• 200 g Griekse feta• 1 courgette, in plakjes• 3 bosuitjes, gesneden• 2 eetlepels platte peterselie• 2 eetlepels olijfolie <p>Verwarm de oven voor op 200° C. Kook de plakjes aardappel in een flinke laag water met wat zout in 6-8 minuten beetgaar en laat ze in een vergiet uitlekken.</p> <p>Klop in een grote kom de eieren los en meng de yoghurt en feta met wat versgemalen zwarte peper erdoor.</p> <p>Schep vervolgens de aardappel, courgette, bosui en peterselie erdoor. Doe dit mengsel over in de ovenschaal en strijk de bovenkant glad. Sprenkel de olijfolie erover.</p> <p>Schuif de schaal een richel onder het midden in de oven en bak de aardappelschotel in 25 minuten goudbruin en gaar.</p> | <p>Sweet potato dish with courgette and feta cheese Main dish (4 persons)</p>  <ul style="list-style-type: none">• 800 gram of sweet potatoes, peeled, in slices• 4 eggs• 150 ml of Greek yoghurt• 200 grams of Greek feta cheese• 1 courgette, in slices• 3 spring onions, sliced• 2 tbsp of flat parsley• 2 tbsp of olive oil <p>Preheat the oven at 200°C. Cook the potato slices in a good layer of water with some salt firm to the bite in 6-8 minutes and let them drain in a colander.</p> <p>Beat the eggs in a big bowl and mix the yoghurt and the feta cheese with some freshly grinded black pepper through it.</p> <p>Scoop then the potato, courgette, spring onions and parsley through it. Add this mixture in the baking dish and smooth out the top. Sprinkle the olive oil on top of it.</p> <p>Put the dish a ledge under the middle in the oven and bake the potato dish golden brown and done in 25 minutes.</p> | <p>Fuente con batata, calabacín y queso feta Plato Principal (4 personas)</p>  <ul style="list-style-type: none">• 800 gramos de batatas, mondado, en lonchas• 4 huevos• 150 ml de yogur griego• 200 gramos de queso feta griego• 1 calabacín, en lonchas• 3 cebolletas francesas, cortado• 2 cucharadas de perejil• 2 cucharadas de aceite de oliva <p>Precaliente el horno a 200°C. Hierva las batatas en un baño de agua considerable con algo sal en 6-8 minutos medio hecho y deja escurrir las en colador.</p> <p>Bate los huevos en un gran cuenco y mezcla el yogur y el queso feta con pimienta fresco molido.</p> <p>Luego saca las batatas, calabacín, cebolletas francesas y perejil por los. Hace esa mezcla en la fuente por horno y alisa el lado. Rocía el aceite de oliva en las.</p> <p>Mete la fuente por horno en el horno un saliente debajo el medio y fríe la fuente de batatas tostado y hecho en 25 minutos.</p> |
|---|--|--|