



FRESH!
VERSMARKT LEIDSENHAGE



Ingrediënten

3 teentjes knoflook
2 rode uien
250 gr meiraap
200 gr doperwtten (vers)
200 gr tuinbonen (vers)
200 gr kapucijners (vers)
300 gr bloedworst
2 bosuien
3 takjes munt
3 takjes verse oregano
1 citroen
1 el chilivlokken

MEIRAAP MET VERSE BONEN EN BLOEDWORST

 **Voor-, of lunchgerecht**

 **4 personen**

 **30 minuten**

1. Snipper de ui en hak de knoflook fijn. Snijd de meiraapjes in halve partjes en rasp de citroenschil.
2. Dop de tuinbonen, doperwtten en kapucijners.
3. Fruit de ui en knoflook in een beetje zonnebloemolie. Voeg de meiraapjes en chilivlokken toe en laat 5 minuten op laag vuur bakken.
4. Voeg de doperwtten, tuinbonen en kapucijners toe, met de blaadjes munt en oregano. Zet het vuur laag en laat met de deksel op de pan rustig gaar worden.
5. Snijd intussen de bloedworst in plakken en laat een pan heet worden. Bak de bloedworst in een beetje olie knapperig en laat uitlekken op keukenpapier.
6. Doe, als de meiraapjes en bonen gaar zijn, de schil en het sap van de citroen erbij.
7. Schep de bonen in een diep bord met de bloedworst en fijngesneden bosui bovenop. Serveersuggestie: serveer met brood.