

Stap 2



## Ovenschotel van aubergine met bloemkoolpuree

STAP 2

2 personen

### Dit recept bevat

4/5 portie groente | 1 portie eiwit | 1 portie zuivel

### Ingrediënten

250 gr. rundergehakt | 150 gr. bloemkool, gepureerd | 60 gr. 30+ kaas, geraspt | 150 gr. aubergine, in lengte gesneden | 100 gr. tomatenpulp uit blik | 2 tl oregano, gedroogd | 1 teen knoflook | 1 ui, gesneden | 2 el olijfolie | peper

### Bereiding

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Doe olijfolie in een pan en voeg het gehakt, de gesneden ui en oregano toe en bak het geheel rondom bruin.

Voeg de tomatenpulp toe en laat het geheel 15 minuten zacht doorkoken. Breng op smaak met peper.

Gril de plakken aubergine in ongeveer 6 minuten gaar.

Schep het gehaktmengsel in de ovenschaal en leg de plakken aubergine eroverheen. Schep de bloemkoolpuree hierop.

Strooi vervolgens de geraspte kaas over het geheel en zet de ovenschaal 20 minuten in de oven, tot de kaas goudbruin is.