



VEGETARISCHE GEVULDE CHAMPIGNONS

INGREDIËNTEN

- 40 witte champignons
- 1 rode paprika
- 1 geroosterde rode paprika, fijngesneden
- ½ middelgrote ui
- 3 lente-uitjes
- 1 tl oregano
- 6 el broodkruimels
- 4 el parmezaanse kaas, geraspt
- 30 g verse peterselie
- 2 el olijfolie
- ½ el zout, of naar smaak
- ¼ tl gekraakte peper, of naar smaak

BEREIDINGSWIJZE

1. Maak de champignons schoon en verwijder de stelen.
2. Snijd de helft van de champignonstelen in kleine stukjes en gooi de andere helft weg. Snijd de ui, de lente-ui, de rode paprika, de geroosterde paprika en de peterselie.
3. Verwarm de olijfolie in de iCook-koekenpan met antiaanbaklaag (25 cm doorsnee). Voeg de champignonstelen, de rode paprika, de geroosterde paprika, de lente-uitjes en de ui in de pan en verwarm zachtjes. Laat 5 minuten fruiten totdat de peper en de ui zacht zijn, voeg vervolgens de oregano, het zout en de gekraakte peper toe.
4. Veeg de pan schoon met keukenpapier en leg de champignons er met de holle kant naar boven in. Vul ze royaal met de vulling.
5. Zet de pan op het fornuis, op een laag vuur, en dek af met het deksel.
6. Verwarm 15 minuten of totdat de champignons gaar zijn.