

Snijbiet met knoflook en chilivlokken



Voor 2 personen:

Ingrediënten

Wat heb je nodig:

- 600 gr snijbiet
- Paar eetlepels olijfolie
- 2 tenen knoflook
- 2 theelepels chilivlokken
- Zeezout
-



SMAKELIJK ETEN

Bereiding

- Maak de snijbiet schoon en snijdt de stengels af.
- Snijdt de stengels in blokjes en blancheer een paar minuten in kokend water.
- Giet de stengels af en laat uitlekken.
- Snij de bladeren fijn en kook ze 1 minuut.
- Giet ook de bladeren af maar houdt ze apart. Laar ze goed uitlekken.
- Verhit de olijfolie in een wok samen met de knoflook en chilivlokken.
- Niet bruin laten worden.
- Eerst de stengels hierin roerbakken gedurende een paar minuten.
- Voeg de bladeren toe en roerbak op hoog vuur even mee.
- Een beetje zeezout erover en je gerecht is klaar.