

== Courgette stoofpotjes ==

Ordernummer: _____

== Ingrediënten (4 personen) ==

8 ronde courgettes

1 tl kaneel

400 gram gehakt

1 tl ras el ranout

4 uien (gesnipperd)

versgemalen peper en zout

4 tomaten (in blokjes)

2 paprika (in stukjes)

300ml tomatenpuree

== Zo maak je het ==

1. Oven voorverwarmen op 200 graden.
2. Courgette uithollen en met peper en zout insmeren aan de binnenkant.
3. Courgettes 20 minuten in de oven zetten.
4. Gehakt rullen in een pan met anti-aanbaklaag.
5. Groenten, kruiden en tomatenpuree toevoegen en laten garen.
6. Het gehakt mengsel in de courgettes scheppen en dan nog 15/20 min in de oven afbakken.

Tip

Gewoon genieten!