Elvea, een feest uit Italië

# Comfortstoofpotje met tomaat

## Ingredienten voor  Personen

| | | |
|---|---|---|
| 0,50 | | broccoli |
| 0,50 | | bloemkool |
| 2 | | wortels |
| 1 | | groene paprika |
| 1 | | rode paprika |
| 1 | | ui |
| 1 | teentje | look |
| 1 | | courgette |
| 2 | blikken | ELVEA Cubetti Verse Groenten |
| 1 | | zoete aardappel |
| 2 | zakjes | wilde rijst mengeling |
| 1 | eetlepel | groentebouillon |
| 2 | | eieren |
| | | peper |
| | | zout |

---

## Bereiding

Kook de rijst gaar.
Reinig en versnijd alle groenten in grove stukken.

Stoom of blancheer de broccoli en bloemkool kort. Stoof de andere groenten samen met een weinig vetstof: Start met de look en ui te fruiten en voeg daarna de wortel en paprika toe. Daarna de zoete aardappel en courgette. Laat even stoven en overgiet daarna met de Cubetti. Voeg de groentebouillon toe en laat sudderen.

Als de zoete aardappel zacht is dan kan je het geheel naar eigen wens even kort mixen - blenden of je kan het ook gewoon zo houden.
Laat de saus nog even goed warm worden en breng verder op smaak zoals je wenst.

Daarna voeg je de rijst toe in de schotel, hierna de broccoli en bloemkool en maak je de kuiltjes voor de eitjes. Breek het eitje boven het kuiltje en laat dit even sudderen tot het eiwit gestold is.
Daarna kan je deze heerlijke schotel opdienen.

Maak je deze op voorhand, dan doe je alle stappen behalve de stappen met het ei, deze voeg je toe vlak voor je gaat opdienen.

Recept info: Mama's Gezonde Tips