



Sorgente

Melkbasis



Aardappelpuree



Aardappelpuree - per portie

Melk | Per portie | 391 kcal | 7,8 g eiwit

Aardappelpuree

Ingrediënten

- 50 ml drinkvoeding op melkbasis, neutraalsmaak
- 250 g kruimige aardappelen
- 1 eetlepel (vloeibare) margarine of boter
- Zout

Bereiding

1. Schil de aardappelen en kook ze 20 minuten in water met een theelepel zout.
2. Giet de aardappelen af en pureer ze met een vork of pureestamper.
3. Roer de boter en de drinkvoeding door de puree.
4. Breng de puree op smaak met zout.

Suggesties

- Gebruik de aardappelpuree als basis voor een stampot, zoals zuurkool- of andijviestampot.
- In plaats van aardappelen kunt u ook instant pureepoeder gebruiken. Vervang hiervoor 200 ml van het water door de drinkvoeding (extra voedingswaarde 300 kcal).
- Voeg een snufje nootmuskaat toe bij stap 3.

Bekijk meer recepten op: www.sorgente.nl/drinkvoeding-recepten

Heeft u zelf ook een lekker recept?

Stuur het naar teamdrinkvoeding@sorgente.nl



De voedingswaarden in dit recept zijn een indicatie en hangen af van de gebruikte voeding. Voor de berekening is de gemiddelde samenstelling van energieverrijkte drinkvoeding gebruikt.