

Recept voor de tussenweek

Kalkoenfilet met prei en bleekselderij



Hoofdgerecht voor de tussenweek

Bereiding:

- Verwarm de olie in een pan en roerbak de kalkoen goudbruin.
- Voeg de prei, bleekselderij, gember en kerriepoeder toe.
- Stoof 20 minuten met een deksel op de pan
- Maak op smaak met peper

1 persoon - 210 kcal

Ingrediënten:

- 100 gram kalkoenfilet
- 100 gram prei
- 100 gram bleekselderij
- 1 eetlepel olijfolie
- 1 theelepel gember
- 1 theelepel kerriepoeder