

# Vergeten groenten-jus JGA

Aantal personen –

## Let op deze kritieke punten

- ★ Gebruik niet teveel zoete groenten.
- ★



## Ingrediënten

- Aubergine
- Boemkool
- Rode biet
- Bleekselderij
- Knoflook
- Ui
- Paddestoelen
- Miso
- Tomatenpuree
- Sojasaus
- Zout en peper

## Hoeveelheid

1  
½  
2  
1  
2  
3  
250  
1  
2  
ns  
ns

## Eenheid

Stuks  
Stuks  
Stuks  
Stuks  
Stuks  
Stuks  
Gram  
Eetlepel  
Eetlepel

## Materialen

- Braadslee
- Lepel
- Bolzeef
- Sauspan
- Oven

## Bereidingswijze:

- Verwarm de oven voor op 180°C
- Zorg dat alle groenten zandvrij is en snij alle groenten fijn.
- Doe de groenten in een braadslee en laat dit ongeveer 20 minuten bruin kleuren in de oven.
- Na de 20 minuten de groenten bestrijken met tomatenpuree en nogmaals 20 minuten bakken in de oven.
- Voeg daarna zoveel water toe dat de groenten onder staan. Laat dit op een gaspitje of in de oven zo'n 30 tot 45 minuten trekken.
- Zeef de groenten en vang de bouillon op in een sauspan.
- De groenten eventueel gebruiken voor een soep of voor op de composthoop.
- Kook de bouillon tot ⅓ in en breng op smaak met miso, sojasaus en zout en peper.
- De saus binden met maizena, aardappelzetmeel of xanthaangom (webshop)

## Extra informatie:

- Eventuele restjes van groenten, zoals steeltjes, bladeren etc kan je hier ook goed in gebruiken. Natuurlijk zijn ook de minder mooie groenten zijn bij uitstek heel geschikt.