



# Witloof of prei in de oven

*Witloof met hesp en kaas in de oven is een echte Belgische klassieker. Witloof was in 2020 de 4e meest gegeten groente in België.*

## Ingrediënten



8 witloofstronkjes **of**



8 preistengels



1 dl water



8 plakjes\* gekookte\* ham



25 + 50 g boter



zout en peper



nootmuskaat



60 g bloem



6 dl melk



eventueel een beetje citroensap



150 + 50 g geraspte\* kaas

## Recept

1. Verwarm\* de oven voor op 180 °C.
2. Verwijder\* het harde stuk van de witloof. Snijd\* dikke stukken witloof in 2.
3. Kook\* je met prei in plaats van witloof? Gebruik alleen het witte deel van de prei.
4. Bak\* de witloof in de boter. Voeg\* peper en zout toe.

5. Voeg\* het water toe. Laat 10 à 15 minuten op een zacht vuur garen\*. Doe het deksel\* op de pan.
6. Laat de witloof uitlekken\*.
7. Doe een plakje\* ham rond elk witloofstronkje.
8. Leg de witloofstronkjes met ham in een ovenschotel\*.
9. Maak de kaassaus. Smelt\* de boter. De boter mag niet bruin worden.
10. Voeg\* de bloem toe. Roer\* goed met een garde\*.
11. Voeg\* de koude melk toe. Blijf roeren\* tot je een mooie saus hebt.
12. Voeg\* dan 150 g geraspte\* kaas toe. Roer\* en voeg peper, zout, nootmuskaat en eventueel een beetje citroensap toe.
13. Giet\* de kaassaus over de witloofstronkjes.
14. Strooi\* 50 g geraspte kaas over de witloof.
15. Bak\* 20 minuten in de oven.
16. Serveer met aardappelpuree.

## Woordenschat

- \* bakken: iets heet laten worden in olie totdat je het kunt eten
- \* garen: gaar laten worden, op het vuur laten staan tot het eten lang genoeg gekookt of gebakken is
- \* gieten: in een stroom uit een beker, emmer ... laten komen
- \* koken: warmer laten worden dan 100 °C
- \* (het) plakje: een dun stukje van iets dat je kan eten
- \* raspen: kleine stukjes van iets maken met een rasp\*
- \* roeren: met de lepel in iets draaien om het te mengen
- \* smelten: vloeibaar laten worden
- \* snijden: met een mes in stukken verdelen
- \* strooien: op verschillende plaatsen laten neerkomen
- \* toevoegen: bij iets doen
- \* uitlekken: het water of de olie eruit laten lopen
- \* verwarmen: warm maken
- \* verwijderen: weghalen

* (het) deksel		
* (de) garde		
* (de) ovenschotel		
* (de) rasp		