

# Aardappel-knolselderij puree

## Ingrediënten 4 pers.

500 g kruimige aardappelen  
500 g knolselderij  
1 tl zout  
1 ui  
1 teen knoflook  
1 dl (volle) melk of slagroom  
1 el roomboter  
1 el dilleblaadjes  
Witte peper

## Bereidingswijze

- Was en schil de aardappelen en knolselderij en snijd in blokken.
- Kook de aardappelen samen met de knolselderij met een tl zout totdat ze gaar zijn.
- Snipper ondertussen de ui en de knoflook fijn.
- Giet de aardappelen en knolselderij af zodra ze goed gaar zijn (je kunt er gemakkelijk met een vork doorheen prikken).
- Stamp de aardappelen en knolselderij totdat een redelijk fijne massa is. Er mogen nog best wat brokjes inzitten.
- Voeg de melk, boter, ui, knoflook en dille toe aan de puree en roer goed door elkaar. Voeg eventueel nog wat melk toe als je de puree te droog vindt.
- Maak op smaak met witte peper en eventueel nog wat dille en zout

Eet smakelijk. Een heerlijk gerecht als begeleider van allerlei soorten groenten en/of vlees.

## Hulpmiddelen

Kookpan  
Aardappelstamper  
Eventueel zeef of mixer

## Tips

- Als je van heel fijne puree houdt, kun je die na het stampen nog eens door een zeef drukken of met de mixer heel fijnslaan.
- Past goed in een koolhydraatbeperkend dieet, omdat de glycemische lading veel lager is dan die van een 'volle' aardappelpuree.

**Bron:** Eigen recept, gemaakt nadat ik de aardappelen en knolselderij per ongeluk te ver had laten doorkoken om er nog aardappel-knolselderij salade van de te kunnen maken...