

Gewokte courgettepartjes

Ingrediënten

1 courgette (groen, geel of een mix)

1 el olijfolie

zout en peper uit de molen

Werkwijze

1. Snijd de courgette in gelijke stukken van ongeveer 5 cm en snijd elk stuk in 8 partjes.
2. Verwijder het zachte middengedeelte van de partjes.
3. Verhit de olijfolie in een wok en roerbak de courgette in kleine porties op hoog vuur tot hij beetgaar is.
4. Leg de gebakken courgette op een bakplaat met bakpapier.
5. Breng alles op smaak met zout en peper als alle courgette gewokt is.
6. Warm de courgette vlak voor het serveren nog even op in de oven op 180 °C.

MATERIAAL

Mes, snijplank, wok, bakplaat met bakpapier, oven