

# Traybake met krieltjes, wortelen, prei en feta



**Weekrecept** Week 02 - 2024  
**Bereidingstijd** 10 + 30 minuten  
**Aantal personen** 4 personen (naar behoefte aanpassen en ingrediënten halveren naar 2 personen)

## Ingrediënten

- 1 kilo Krieltjes
- 300 gram Wortelen
- 2 tenen Knoflook
- 1 Ui
- 2 Preien
- 200 gram Tomaten
- 1 stuk Feta of witte kaas
- 3 theelepels Groene kruiden bijvoorbeeld Italiaanse of Provençaalse
- 6 eetlepels Olie (olijfolie of zonnebloemolie)
- Peper en/of zout naar behoefte

## Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 220 °C.
- Was de wortelen en halveer in de breedte en snij in korte staafjes (hou apart)
- Halveer de krieltjes, schep in een schaal en voeg 2 eetlepels olie erdoor met een beetje Italiaanse of Provençaalse kruiden (hou apart)
- Snij de knoflook fijn en de ui in stukjes. En meng met 2 eetlepels olie en een beetje Italiaanse of Provençaalse kruiden en peper toe (hou apart)
- Snij de prei in schuine stukjes (hou apart)
- Snij de tomaten in stukjes (hou apart)
- Verdeel de krieltjes over een met bakpapier beklede bakplaat en sprenkel 2 eetlepels olie over de krieltjes. Rooster ca. 15 minuten in de oven
- Haal de bakplaat uit de oven en schep om. Voeg de prei, wortelen, knoflook/ui met olie mengsel en tomaatjes toe en voeg nog wat kruiden en een beetje peper toe. Hussel het door elkaar.
- Doe de bakplaat terug in de oven en rooster nog ca. 15 minuten in de oven
- Haal de bakplaat uit de oven, verdeel de feta/witte kaas in blokjes over de traybake en serveer.

**Eet smakelijk!**