




# Ham met dragonsaus

-  Bereiden in: Pan
-  Voorbereiding: 15 min.
-  Bereiding: 10 min.

Recept voor 4 personen

## Ingredienten

- 4 plakken gekookte ham van elk 1/2 cm dik
- 1/2 bosje dragon
- 1 el braadboter
- 100 ml droge witte wijn
- 4 el crème fraîche
- 1 tl mosterd
- zout, zwarte peper

## Voedingswaarde

- 190 kcal / 868 kJ
- 12 g vet
- 18 g eiwit
- 2 g koolhydraten
- 0 g vezels

## Wist u dit

*In de Middeleeuwen geloofde men dat dragon - 'draken- of slangenkruid'- hielp bij beten van giftige dieren. Tegenwoordig wordt dragon vooral in de Franse keuken gebruikt.*

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen  
+31 (0)53 436 71 12  
[info@sameneenkoekopen.nl](mailto:info@sameneenkoekopen.nl)  
[www.sameneenkoekopen.nl](http://www.sameneenkoekopen.nl)



# Ham met dragonsaus

## Bereiding

- 1 Verwijder het zwaard en eventuele vetrandjes van de ham. Was de dragon, schud goed droog en snijd het fijn. Bewaar een paar blaadjes voor de garnering.
- 2 Verwarm de braadboter in een pan. Doe de ham in de pan als de boter begint te schuimen en braad de plakken aan elke kant 4 min. krachtig aan. Neem ze uit de pan en houd ze warm.
- 3 Giet overtollig vet uit de pan. Voeg de wijn en dragon toe en laat op een middelhoog vuur ca. 2 min. zachtjes koken. Maak de aanbaksels met een spatel los.
- 4 Roer er crème fraîche en mosterd door en neem van het vuur. Breng de saus op smaak met zout en peper. Garneer met dragon serveer bij de ham.

## Kooktips

Braadboter ontwikkeld een lekkere smaak tijdens het braden, maar bevat wel veel vet. Voor een magerder gerecht kunt u beter bijvoorbeeld zonnebloemolie gebruiken.

## Serveren

Serveer bij de ham met dragonsaus een gemende salade en geef er een knapperig geroosterd boerenbrood bij. Een glas wijn of bier smaakt er heerlijk bij.

image not found  
<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

[www.sameneenkoekopen.nl/recepten](http://www.sameneenkoekopen.nl/recepten)