

# Varkensvlees met mozzarella



 Bereiden in: Pan

 Voorbereiding: 10 min.

 Bereiding: 20 min.

Recept voor 4 personen

## Ingredienten

- 4 varkenslapjes
- 1 pot in olie ingelegde paprikareepjes (190g)
- 1/2 tl venkelzaadjes
- 1 teentje knoflook
- 2 courgettes
- 150 gram mozzarella
- 2 el droge witte wijn
- zout, zwarte peper

## Voedingswaarde

- 370 kcal, 1555 kj
- 22 gram vet
- 41 gram eiwit
- 2 gram koolhydraten
- 2 gram vezels

## Wist u dit

*Venkelzaadjes zijn de zaden van de wilde venkelknol. Ze hebben een groenbruine kleur en hebben een zoet-kruidige anijsachtige smaak.*

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)



# Varkensvlees met mozzarella

## Bereiding

- 1 Laat de paprikareepjes uitlekken en vang daarbij de olie op. Kneus de venkelzaadjes in een vijzel. Pel het knoflookteentje en pers het uit. Maak de courgettes schoon en snijd in blokjes. Snijd de mozzarella in 8 plakken.
- 2 Verhit 2 el van de opgevangen olie in een pan. Braad daarin de varkenslapjes ca. 6 min. goudbruin en keer ze een keertje om. Neem ze uit de pan en houd ze warm. Bak de venkel, knoflook en courgettes 1 min. in het braadvet.
- 3 Doe het vlees weer in de pan. Voeg de wijn toe en breng op smaak met zout en peper. Laat nog 10 min. met de deksel op de pan sudderen tot het vlees gaar is. Neem de deksel van de pan en laat vrijwel al het vocht verdampen. Bedruppel het vlees met de saus en leg op elk stuk 2 plakken mozzarella. Gratineer 2-3 min. onder een voorverwarmde grill en serveer direct.

## Kooktips

Let goed op dat u de pan gebruikt met een ovenvast handvat in verband met het gratineren van het gerecht in stap 3.

## Serveren

Serveer hierbij aardappelpuree en geef mousse au chocolat toe. Een glas droge witte wijn smaakt er prima 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)