




# Saltimboca à la Romana



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

Recept voor 4 personen

## Ingredienten

- 8 kleine varkensfilet lapjes (elk ca. 60 g)
- zeezout, zwarte peper uit de molen
- 4 plakken Parmaham
- 16 verse salie blaadjes
- 1 el olijfolie
- 10 g boter
- 100 ml droge witte wijn

## Voedingswaarde

- 300 kcal, 1260
- 13 g vet
- 46 g eiwit
- 0 g koolhydraten
- 0 g vezels
- 0,7 g natrium

## Wist u dit

*Salie wordt vooral gebruikt in de Italiaanse keuken. Het is een geneeskrachtig kruid dat verlichtend werkt bij spijsverteringsproblemen, hoest en astmklachten.*

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)



# Saltimboca à la Romana

## Bereiding

- 1** Leg de schnitzels op een stuk plasticfolie en dek ze daar ook mee af. Rol er met een deegroller overheen tot ze wat platter zijn. Verwijder de folie en breng het vlees op smaak. Halveer de plakken Parmaham.
- 2** Leg op elke schnitzel een salie blaadje, een halve plak Parmaham en nog een salie blaadje. Zet de ham en de salie blaadjes met houten cocktailprikkerjes vast op de schnitzels.  
Verhit de olie en boter in een grote pan. Leg de schnitzels er met de gegarneerde kant naar beneden in.  
Bak elke kant ca.3-4 mn. op een middelhoog vuur. Neem de schnitzels uit de pan en houd ze warm.
- 3** Schep het braadvet dat bovendrijft eraf en vermeng het braadvocht en de witte wijn in de pan. Laat het geheel op een hoog vuur nog ca. 3 min. inkoken en roer de aanbaksels los met een houten spatel. Giet de saus over de saltimbocca en serveer direct.

## Serveren

In plaats van witte wijn kunt ook – heel Italiaans – marsala gebruiken. Als bijgerecht serveert u aardappelpuree of tagliatelle. Variatie U kunt dit gerecht ook bereiden met kipfilets.

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)