

Image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/uploads/images/recept/>

Speklappen Gepaneerd



Bereiden in: koekenpan

Vorbereiding: 10 min.

Bereiding: 10 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 4 speklappen (á 125 g zonder zwoerd)
- 7 eetlepels paneermeel
- 2 eieren (losgeklopt)
- snufje peper (versgemalen)
- 50 g boter
- 2 eetlepels franse mosterd
- 3 eetlepels bloem
- snufje zout

Voedingswaarde

- Voedingswaarde per persoon
- Energie (kJ)2,819.00
- Energie (kcal)671.00
- Eiwit (gram)29.00
- Vet (gram)51.00
- Verzadigd vet (gram)13.00
- Koolhydraten (gram)28.00
- vezels (gram)0.90



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

www.sameneenkoekopen.nl

Image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/uploads/images/recept/>

Speklappen Gepaneerd

Bereiding

- 1
U begrint met het kruiden van de speklappen. Peper en zeezout aan beide zijden en ook de speklappen insmeren met de mosterd
- 2
Maak nu voor het paneren 3 borden; één met bloem, één met losgeklopt ei en één met paneermeel (al dan niet met extra kruiden erdoor)
- 3
Het paneren van de speklappen gaat als volgt: haal de speklappen aan beide zijden eerst door de bloem, dan door de eieren en als laatste door het paneermeel. zorg wel dat u overtollig meel en later overtollig paneermeel er af schud.
- 4
Nu kunt u de speklappen bakken, in 10 minuten zijn ze goudbruin.



Image not found

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



Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten