

Spruitjes met spek



 Bereiden in: koekenpan

 Voorbereiding: 10 min.

 Bereiding: 20 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- 500 gram spruitjes, schoongemaakt en gehalveerd
- 150 gram gerookte spekblokjes
- 200 ml slagroom
- 2 teentjes knoflook, fijngenhakt
- 1 eetlepel boter of olijfolie
- Peper en zout naar smaak
- Optioneel: een snufje nootmuskaat voor extra smaak.

Voedingswaarde

•

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

Spruitjes met spek

Bereiding

- 1 Breng een pan met licht gezouten water aan de kook. Kook de spruitjes 5-6 min. tot ze beetbaar zijn en giet ze daarna af.
- 2 Spoel de spruitjes kort af met koud water om het kookproces te stoppen en de groene kleur te behouden.
- 3 Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de spekblokjes zonder extra vet tot ze goudbruin en knapperig zijn.
- 4 Haal de spekjes uit de pan en laat ze even uitlekken op keukenpapier.
- 5 Voeg de boter of olijfolie toe aan de pan met het spekvet en bak de fijngehakte knoflook kort, maar laat het niet verbranden.
- 6 Doe de spruitjes in de pan en bak ze 5-7 min. mee tot ze licht goudbruin zijn. Roer regelmatig door om aanbranden te voorkomen.
- 7 Voeg de slagroom toe aan de pan en laat het geheel een paar min. zachtjes pruttelen totdat de room iets is ingedikt. Breng op smaak met peper, zout en eventueel een snuffje nootmuskaat.
- 8 Roer de gebakken spekjes door de spruitjes en room.

Kooktips

Wil je het gerecht een extra twist geven? Voeg een scheutje witte wijn of een beetje geraspte Parmezaanse kaas toe voor een nog vollere smaak! Lekker hoor.

Serveren

Serveer warm als bijgerecht bij bijvoorbeeld een stampot, geroosterde aardappelen of een stuk vlees.

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

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten