



Mediterrane Varkenshaas



Bereiden in: koekenpan / pan

Vorbereiding: 20 min.



Bereiding: 25 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- Voor de varkenshaas
- 2 stuks gemarineerde Mediterrane varkenshaas (VanOnzeBoer)
- 1 el olijfolie
- 1 klontje boter
- Voor de gebakken appel
- 2 stevige appels (bijv. Elstar of Jonagold)
- 1 el boter
- 1 el honing
- ½ tl kaneel
- 1 tl citroensap
- Voor de romige aardappelpuree
- 800 g kruimige aardappelen
- 50 ml melk
- 25 g boter
- Snufje zout & peper
- Voor de haricots verts
- 300 g haricots verts
- 1 teentje knoflook, fijngesneden
- 1 el olijfolie
- Snufje zout

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



Mediterrane Varkenshaas

Bereiding

Varkenshaas bakken

1

Haal de varkenshaas 30 minuten van tevoren uit de koelkast en laat op kamertemperatuur komen.

2

Verhit de olijfolie en boter in een pan op middelhoog vuur.

3

Bak de varkenshaas rondom goudbruin in ca. 3-4 minuten per kant.

4

Laat het vlees 5-7 minuten rusten onder aluminiumfolie voordat u het in mooie plakken snijdt.

Gebakken appel

1

Snijd de appels in dunne partjes en verwijder het klokhuis.

2

Smelt boter in een pan en voeg de appelpartjes toe.

3

Voeg honing, kaneel en citroensap toe en bak op lage temperatuur tot ze licht gekaramelliseerd en zacht zijn (ca. 5-7 minuten).

Romige aardappelpuree

1

Schil de aardappelen en kook ze in gezouten water 20 minuten tot ze zacht zijn.

2

Giet af en stamp de aardappelen fijn.

3

Voeg boter en warme melk toe en roer tot een luchtige puree.

4

Breng op smaak met zout en peper.

Haricots verts met knoflook

1

Kook de haricots verts 4-5 minuten in gezouten water en giet af. Uit pot alleen opwarmen.

2

Verhit olijfolie in een pan en bak de fijngesneden knoflook kort aan.

3

Voeg de haricots verts toe en bak nog 2 minuten.

Serveren

Schenk een glas fruitige witte wijn bij dit gerecht voor een heerlijke combinatie. Met deze combinatie van kruidig, zoet en hartig zet u een feestelijke maaltijd op tafel die perfect past bij Pasen of een gezellig etentje!



Image not found

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



Voor meer recepten ga naar:
www.sameneenkoekopen.nl/recepten