

# MARLEY SPOON



## Creoolse speklapjes

met ananas en 'dirty rice'



20-30min



2 personen

De Creoolse keuken bevat allerlei lekkers uit de Amerikaanse, Franse en Caribische cuisine. De smaken zijn allemaal gebaseerd op de heilige drie-eenheid van groene paprika, selderij en ui. Neem dat als basis voor jouw groenterijst en maak het af met een in bbq-saus gemarineerd speklapje en wat sappige stukjes ananas. Je waant je direct in de Creoolse hemel!

## Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 2 stengels bleekselderij <sup>9</sup>
- 1 groene paprika
- 150g basmatirijst
- 1 zakje runderbouillonpoeder
- 2 sachets BBQ-saus <sup>9,10</sup>
- 1 sachet gerookt paprikapoeder
- 2 speklapjes
- 1 blikje ananastukjes
- 15g verse kruidenmix: peterselie & tijm

## Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout

## Kookgerei

- maatbeker
- zeef
- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

## Kooktip

De pan is heet genoeg als een druppeltje water vrijwel meteen verdampt als je het erin laat vallen.

## Allergenen

selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie

calorieën 892kcal, vet 45.1g, koolhydraten 84.0g, eiwit 34.2g



### 1. Groenten snijden

Breng 500ml water in een middelgrote kookpan aan de kook. Pel en hak de **ui** fijn. Snijd de **bleekselderij** in smalle schijfjes. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in kleine blokjes.



### 2. Rijst koken

Was de **basmatirijst** grondig in een zeef en voeg het samen met de **ingrediënten uit stap 1** en de **helft van het bouillonpoeder** aan de pan met kokend water toe. Roer door, leg een deksel op de pan en kook de **rijst** op middellaag vuur in 10-12min beetgaar. Breng op smaak met peper en zout.



### 3. Vlees marineren

Meng de **bbq-saus** met **1/2-1tl paprikapoeder**. Wrijf de **speklapjes** in met **1/3e van de marinade**.



### 4. Spek bakken

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur (**zie tip, links**). Bak de **speklapjes** 3min per zijde.



### 5. Ananas toevoegen

Vang het **sap** op en voeg de **ananastukjes** met de **tijmsteeltjes** aan de spekpan toe. Schep om en bak 3-4min. Voeg dan het **anassap** en de **rest van de marinade** toe. Roer door en laat 1min op laag vuur sudderen tot een **sous** ontstaat. Verwijder de **tijm** en breng de **sous** op smaak met peper en zout.



### 6. Rijst afmaken

Hak de **peterselie** fijn en roer **2/3e** ervan door de **groenterijst**. Schep de **rijst** in kommen en leg het **spek** met de **ananas** erop. Schenk de **sous** erover en bestrooi met de **rest van de peterselie**.