



Speklapjes met zoetzure citroenglaze

met feta, pittige boterbonen en appelsalade



ca. 30min



2 personen

Er gaat niets boven een knapperig gebakken speklapje. Nou ja, een knapperig gebakken speklapje in een saus van soja, honing en citroensap misschien. Met een frisse appel-komkommersalade. En pittige boterbonen met tomaat en koriander. En lekker veel feta. Goed, je snapt het. Dit moet je gewoon proeven.

Wat je van ons krijgt

- 1 minikomkommer
- 1 groene appel
- 1 citroen
- 1 groene chilipeper
- 1 teen knoflook
- 1 blik boterbonen
- 2 speklapjes
- 1 tomaat
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 10g verse koriander
- 50g feta ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- grote koekenpan
- keukenrasp
- zeef of vergiet

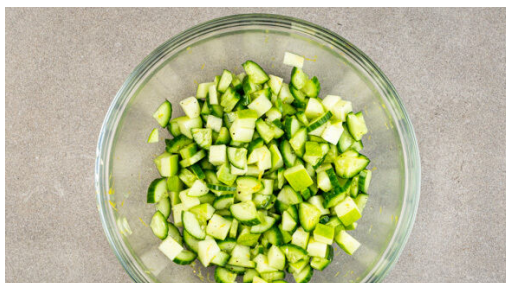
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 649kcal, vet 38.8g, koolhydraten 41.0g, eiwit 32.4g



1. Salade maken

Snijd de **komkommer** in de lengte in vieren en dan in blokjes. Verwijder het klokhuis en snijd de **appel** ook in blokjes. Rasp de **citroenschil** fijn en pers de **citroen** uit. Meng de **komkommer** en **appel** met de **citroenrasp**, de **helft van het citroensap** en een snuf zout en peper. Zet de **salade** opzij.



4. Saus maken

Snijd ondertussen de **tomaat** in blokjes. Meng de **rest van het citroensap** met de **helft van de sojasaus**, 1tl honing en een snuf peper. Snijd de **koriandersteeltjes** fijn en hak de **blaadjes** grof.



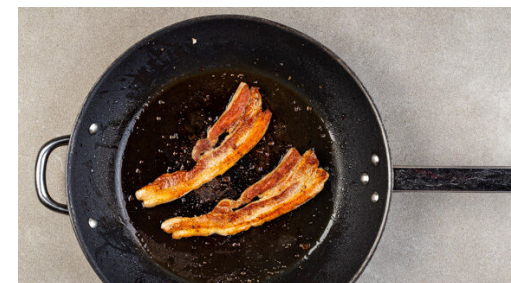
2. Groenten voorbereiden

Snijd de **chilipeper** in de lengte doormidden en snijd **1 helft** in hele dunne reepjes (verwijder de zaadlijsten als je niet van pittig houdt). Je hebt de **andere helft** niet nodig. Pel en hak de **knoflook** fijn. Giet de **bonen** af in een zeef en spoel ze om.



5. Saus toevoegen

Verwijder het **braadvet** uit de koekenpan en houd daarbij **1el braadvet** apart. Voeg het **sojasausmengsel** toe en verwarm op laag vuur. Wentel de **speklapjes** door de **saus** en neem ze uit de pan.



3. Speklapjes braden

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Braad de **speklapjes** in ca. 10min gaar. Keer daarbij regelmatig om. Draai dan het vuur hoog en braad de **speklapjes** in 2-4min rondom knapperig en goudbruin.



6. Bonen bakken

Zet de pan terug op hoog vuur met de **achtergehouden 1el braadvet** en voeg de **bonen, tomaat, knoflook, chilipeper** en **koriandersteeltjes** toe. Bak in 2-3min stevig aan en breng op smaak met zout, peper en 1el azijn. Serveer de **speklapjes** met de **bonen** en **salade** en verkruimel de **feta** erover. Bestrooi met de **korianderblaadjes**.