

DINNERLY



Varkenslapjes in romige saus met aardappels en geglaceerde worteltjes



20-30min



2 personen

Dille is een echte all-rounder. Het is natuurlijk een geliefd kruid bij komkommer of zalm, maar je kunt nog veel meer mee! Wij brengen onze saus er vandaag mee op smaak en combineren die met malse varkenslapjes, aardappels en wortels. Kortom, een heerlijke aardappel-vlees-groente-klassieker.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 netje kruimige aardappels
- 2 wortels
- 1 gele wortel
- 10g verse dille
- 2 varkenslapjes
- 1 kuipje yoghurt ⁷

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1-2tl mosterd ¹⁰
- 1el honing of suiker
- peper en zout
- plantaardige olie

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- vergiet

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

ALLERGENEN

melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 658kcal, vet 27.1g, koolhydraten 61.9g, eiwit 37.4g



1. Aardappels koken

Breng ruim gezouten water voor de **aardappels** aan de kook in een middelgrote kookpan. Was de **aardappels** goed en snij ze **mét schil** doormidden (de grotere in vieren) – zie ook de tip in stap 6. Kook de **aardappels** in 15-20min gaar. Giet ze af in een vergiet en laat uitlekken.



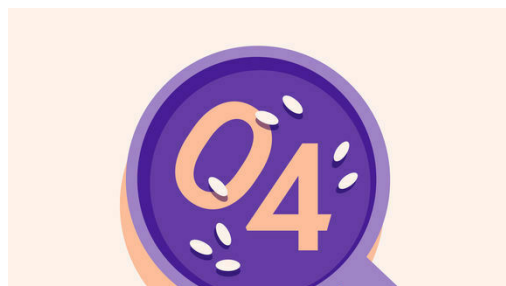
2. Ingrediënten voorbereiden

Schil of schrob de **wortels** en snij ze in plakjes van ca. 0,5cm. Snij de **dille mét kleine steeltjes** fijn. Pel 1 teen knoflook en snij 'm in dunne plakjes.



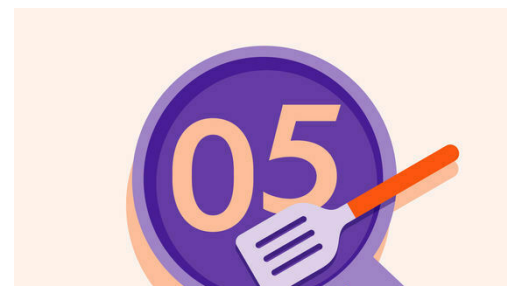
3. Wortels garen

Verhit een grote koekenpan met 1-2el plantaardige olie. Bak de **wortel** en knoflook met een snuf zout 2-3min op middelhoog vuur. Voeg 100ml water en 1el honing of suiker toe. Zet het vuur hoger en breng het geheel aan de kook. Laat de **wortels** 8-10min op hoog vuur garen tot ze zacht zijn en een beetje glanzen, en het water grotendeels verdampt is.



4. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en kruid met peper en zout. Schep de **wortel** uit de pan en zet afgedekt opzij. Veeg de pan schoon. Verhit opnieuw 1el plantaardige olie en bak het **vlees** 2-3min per kant op hoog vuur – draai maar 1 keer om. Schep uit de pan en zet ook afgedekt opzij.



5. Saus maken en serveren

Meng de **yoghurt** met de **helft van de dille**, 1-2tl mosterd en een snuf peper en zout. Roer de **rest van de dille** door de **wortels**. Verdeel het **vlees**, de **aardappels** en de **wortels** over de borden en serveer met de **yoghurtsaus**.



6. Stamp, stamp, stamp!

Je kunt natuurlijk ook een puree maken van deze aardappels. Schil ze dan wél voor het koken en schep een kopje kookwater uit de pan voor je ze afgiet. Stamp de aardappels met 1-2el boter of margarine en scheutjes kookwater tot een zachte puree.