

DINNERLY



Miso-varkenslapje met ovenaardappels en knapperige salade van witlof en selderij



20-30min



2 personen

Wij houden van miso. De hartige pasta wordt met name in Japanse gerechten vaak gebruikt, maar kan ook prima in andere gerechten verwerkt worden. Vandaag gebruiken we hem bijvoorbeeld om een heerlijke glazuur te maken voor onze malse varkenslapjes én we brengen onze gebakken aardappels ermee op smaak.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 zakje kruimige aardappels
- 1 zakje misopasta ^{1,6}
- 1x witlof
- 1 stengel bleekselderij ⁹
- 1 appel
- 2 varkenslapjes

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1tl honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- vergiet
- waterkoker

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

KOOKTIP

Als je de aardappels voor het bakken kookt en schudt worden ze extra krokant in de oven.

ALLERGENEN

gluten (1), soja (6), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 566kcal, vet 22.8g, koolhydraten 56.7g, eiwit 34.4g



1. Aardappels voorbereiden

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Breng water voor de **aardappels** aan de kook in een waterkoker. Snij de **aardappels mét schil** in brede parten en doe ze in een middelgrote kookpan. Giet het kokende water erover tot ze net bedekt zijn en kook 3-4min op hoog vuur.



2. Aardappels bakken

Meng de **misopasta** met 1el olijfolie en een snuf zout. Giet de **aardappels** af in een vergiet en schud ze een paar keer om (zie de kooktip). Verdeel ze over een bakplaat met bakpapier, meng met **3/4e van de misosaus** en bak 18-20min in de oven tot ze goudbruin en krokant zijn.



3. Salade maken

Verwijder de buitenste bladeren en de stronk van de **witlof** en snij de rest in repen van ca. 1cm breed. Snij de **selderij** schuin in stukken van 1-2cm breed. Verwijder het klokhuis uit de **appel** en snij het **vrucht vlees** in blokjes van ca. 1cm. Meng de **witlof**, **selderij** en **appel** met 1el olijfolie, 1tl azijn en een flinke snuf peper en zout.



4. Vlees bakken

Maak een **glazuur** van de **rest van de miso**, 1tl azijn en 1tl honing. Dep het **vlees** droog en wrijf in met het **glazuur**. Verhit een middelgrote koekenpan (of grillpan) zonder vet en bak het **vlees** 2-3min per kant. Neem de pan van het vuur, druppel evt. de **rest van het glazuur** over het **vlees** en laat ca. 1min rusten.



5. Afmaken en serveren

Schep het **vlees**, de **salade** en de **aardappels** op borden. Breng het **braadsap** in de pan op smaak met peper en zout en druppel het over het **vlees**.



6. Extra knapperig

Om je salade nog wat meer bite te geven kun je er een paar gehakte walnoten over strooien.