



Spätzle met varkenshaas

met groenten en romige saus



20-30min



2 personen

Vandaag zetten we een lekker stevige Duitse schotel op tafel: malse varkenshaas in een romige saus met groenten en verse peterselie. Samen met spätzle, de Duitse versie van pasta, is dit eersteklas comfort food. Guten appetit!

Wat je van ons krijgt

- 1 wortel
- 1 prei
- 1 ui
- 10g verse peterselie
- 1 varkenshaas
- 1 kuipje crème fraîche ⁷
- 1 zakje runderbouillonpoeder
- 400g spätzle ^{1,3}

Wat je thuis nodig hebt

- 1el bloem ¹
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- 2 grote koekenpannen
- maatbeker

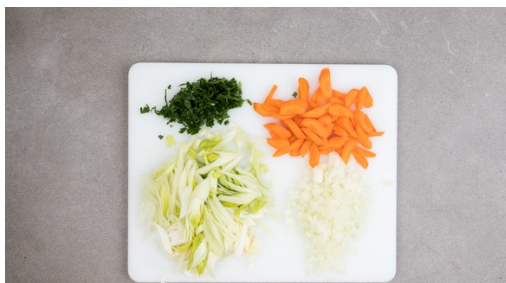
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

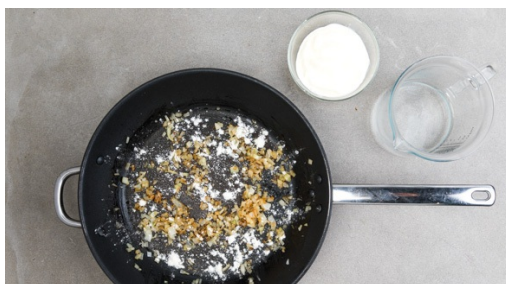
Voedingswaarde per portie

calorieën 943kcal, vet 48.3g, koolhydraten 74.5g, eiwit 46.6g



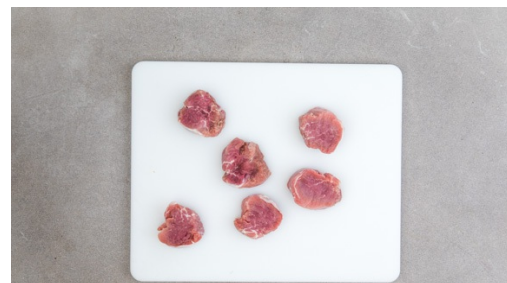
1. Groenten voorbereiden

Schil of schrob de **wortel**, snijd 'm in de lengte doormidden en dan in dunne schuine plakken. Snijd de **prei** in de lengte doormidden, was de bladeren en snijd ze in dunne schuine repen. Pel de **ui** en snijd 'm fijn. Hak de **peterselie incl. steeltjes** fijn.



4. Saus maken

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur en fruit de **ui** in 1-2min glazig. Voeg dan 1el bloem toe en meng door. Blus met 300ml water en de **crème fraîche** en meng de **helft van het bouillonpoeder** erdoor.



2. Vlees snijden

Dep het **vlees** droog, verwijder evt. pezen en snijd het overdwers in medaillons van ca. 2cm dik.



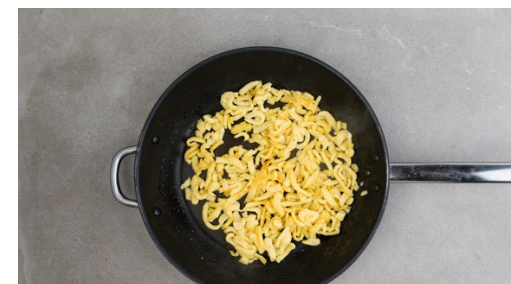
5. Saus afmaken

Voeg de **wortel**, **prei** en het **vlees** toe aan de **saus** en laat het geheel 5-8min zachtjes koken, tot de **groenten** beetgaar zijn en het **vlees** gaar is. Breng op smaak met meer **bouillonpoeder** en peper en zout en meng de **peterselie** erdoor.



3. Vlees bakken

Kruid het **vlees** met peper en zout. Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie en bak het **vlees** 1-2min per kant. Haal het uit de pan en zet opzij. Maak de pan niet schoon.



6. Spätzle bakken

Verhit een tweede grote koekenpan met 1el plantaardige olie op middelhoog vuur. Bak de **spätzle** in ca. 5min goudbruin. Schep de **spätzle** met **groenten**, **vlees** en **saus** op borden en serveer.