



Varkenshaas in romige saus

met wortel en prei op spaetzle



20-30min



2 personen

Vandaag zetten we een lekker stevige Duitse schotel op tafel: malse varkenshaas in een romige saus met verschillende groente en verse peterselie. Samen met spaetzle, 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

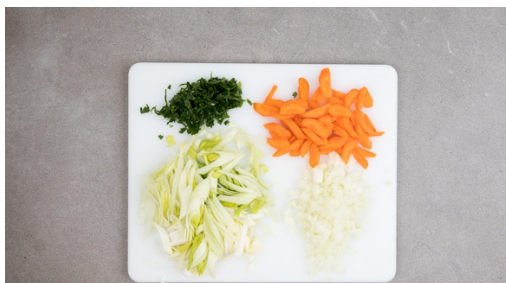
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

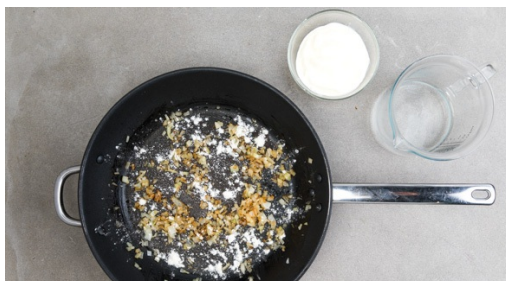
Voedingswaarde per portie

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



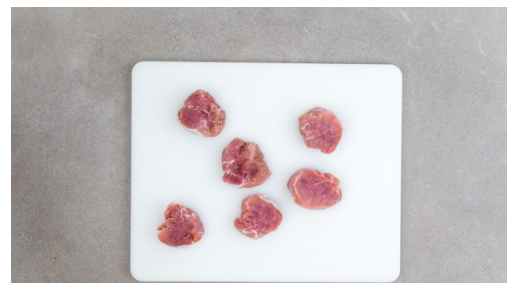
1. Groente voorbereiden

Schil of schrob de **wortel**, snijd 'm in de lengte doormidden en dan schuin in dunne plakken. Snijd de **prei** in de lengte doormidden, was de bladeren en snijd ze schuin in dunne reepjes. Halveer en 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 af 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 **groente** beetgaar is 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 nog niet schoon.



6. Spätzle bakken

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