



Varkenslapjes op spätzle met uiensaus

met spruitjes, appel en kaastopping



ca. 40min



2 personen

Dit is typisch een gerecht wat je oma had kunnen klaarmaken: varkenslapjes op verse spätzle in een romige uiensaus. Erbij een portie heerlijke spruitjes met een topping van geraspte kaas en paneermeel. En dan hebben we het nog niet eens gehad over de gebakken appelstukjes bij het vlees... Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 400g gepelde spruitjes
- 1 appel
- 1 ui
- 1 zakje runderbouillonpoeder
- 400g spätzle ^{1,3}
- 1 blokje Italiaanse kaas ⁷
- 25g biologisch paneermeel ¹
- 2 varkenslapjes

Wat je thuis nodig hebt

- 1 el boter ⁷
- 1 tl mosterd ¹⁰
- 1 tl bloem ¹
- peper en zout
- suiker
- olijfolie
- balsamicoazijn ¹⁷

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- 2 middelgrote koekenpannen
- dunschiller
- keukenrasp

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

Kooktip

Bewaar de boter voor de saus in de koelkast. Door de koude boter door de warme saus te roeren, ontstaat er een mooie emulsie.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7), mosterd (10), sulfieten (17). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

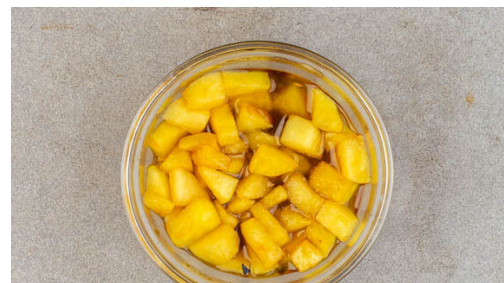
Voedingswaarde per portie

calorieën 1064kcal, vet 55.4g, koolhydraten 92.8g, eiwit 50.5g



1. Spruitjes bakken

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Halveer de **spruitjes**, hussel om met 1 el olijfolie en een flinke snuf peper en zout en verdeel over een bakplaat met bakpapier. Bak 15min in de oven, schep de spruitjes een keer om en bak nog 5-10min verder tot ze bruin en gaar zijn.



2. Appel voorbereiden

Schil de **appel**, verwijder het klokhuis en snijd in kleine stukjes. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1 el olijfolie en bak de **appelstukjes** in 2-4min goudbruin. Schep uit de pan en met 2tl balsamicoazijn, ½tl suiker en een snuf zout. Bewaar de pan.



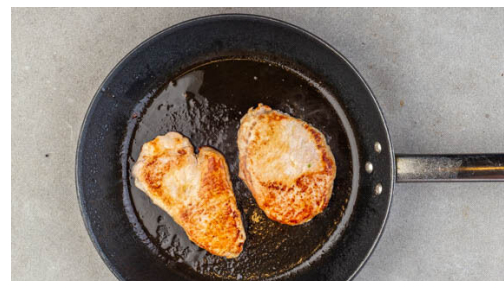
3. Uiensaus koken

Pel en halveer de **ui** en snijd in dunne ringen. Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur met 1 el olijfolie en bak de **uiringen** met een snuf zout in 3-4min glazig. Voeg 1tl bloem, de **helft van het bouillonpoeder**, 250ml water en 1tl mosterd toe en laat 6-8min zachtjes koken tot de saus is ingedikt. Roer er nu 1 el koude boter doorheen (zie kooktip).



4. Spätzle maken

Zet het vuur lager, voeg de **spätzle** toe en meng met de **saus**. Houd de **spätzle in saus** tot het opdienen warm op laag vuur. Rasp de **kaas** fijn. Verhit een tweede middelgrote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1tl olijfolie en rooster het **paneermeel** in 2-3min tot het licht gebruind is. Schep uit de pan en meng met de **kaas**. Bewaar de pan.



5. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog. Verwarm de gebruikte koekenpan op medium tot hoog vuur met 1 el olijfolie en bak het **vlees** 2-3min per kant tot het goudbruin is. Breng op smaak met ½tl zout.



6. Afmaken en opdienen

Verdeel de **spruitjes** en **spätzle in saus** over de borden. Schik het **vlees** bovenop de **spätzle** en garneer met de **appelstukjes**. Strooi de **kaastopping** over de **spruitjes** en dien op.