

DINNERLY



Varkenslapje met paprikasalsa op romige aardappelpuree



ca. 30min



2 personen

Mag het kleurrijk, romig en sappig tegelijk zijn? Dan ben je hier vandaag op de juiste plek. We maken namelijk een gebraden varkenslapje op heerlijke aardappelpuree, gecombineerd met krokante zonnebloempitten en een frisse maar warme salsa van paprika en peterselie. En dat ziet er op je bord zo mooi uit dat het een feest is voor je maag én je oog.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 zakje kruimige aardappels
- 1 paprika
- 1 rode ui
- 10g verse peterselie
- 25g zonnebloempitten
- 2 procureurlappen

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- dunschiller
- vergiet
- aardappelstamper

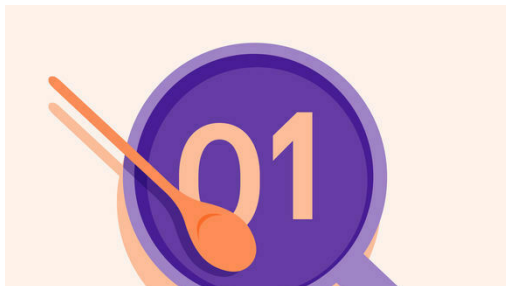
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

Kan sporen van allergenen bevatten.

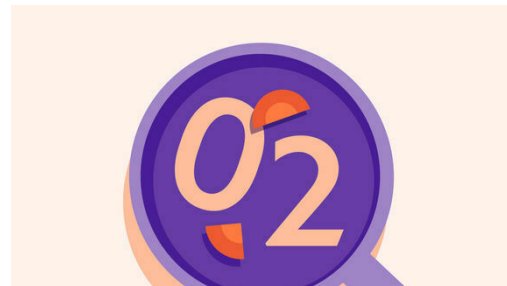
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 607kcal, vet 29.9g, koolhydraten 47.2g, eiwit 34.7g



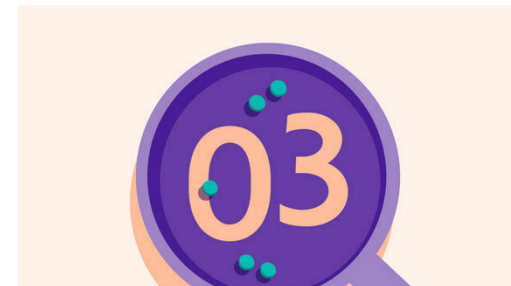
1. Aardappels koken

Breng ruim gezouten water voor de **aardappels** aan de kook in een middelgrote kookpan – ze hoeven niet helemaal ondergedompeld te zijn. Schil de **aardappels** en snij ze in grove stukken. Kook ze in 15-20min gaar. Schep een **kopje kookwater** uit de pan en hou dit apart. Laat de **aardappels** dan uitlekken in een vergiet.



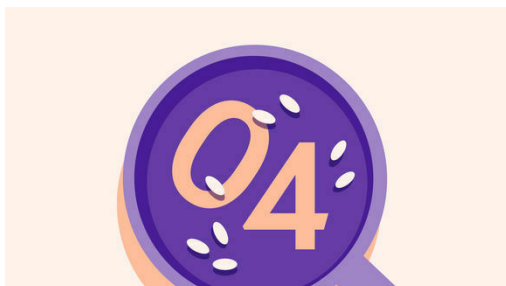
2. Ingrediënten voorbereiden

Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snij het **vruchtvlees** in dunne reepjes. Pel en halveer de **ui** en snij in dunne reepjes. Pel 1 teen knoflook en snij grof. Hak de **peterselie** **mét steeltjes** grof.



3. Groente bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **paprika**, de **ui**, de **helft van de zonnebloempitten** en de knoflook ca. 5min. Roer er 1el witte azijn door en laat kort inkoken. Neem de **groente** uit de pan en meng met de **peterselie**. Veeg de pan schoon, we gebruiken 'm zo weer.



4. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog en wrijf het in met peper en zout. Verhit de gebruikte koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el olijfolie. Braad het **vlees** 3-4min per kant, tot het goudbruin en gaar is. Neem uit de pan en laat afgedekt rusten op een bord. Rooster de **zonnebloempitten** in de nog hete pan in 1-2min goudbruin.



5. Afmaken en serveren

Doe de **aardappels** terug in de pan en stamp ze tot een **puree**. Voeg evt. 1 voor 1 eetlepels **kookwater** toe om de consistentie aan te passen en breng op smaak met peper en zout. Schep de **puree** en het **vlees** op borden, garneer met de **zonnebloempitten** en de **jus van het vlees** en serveer met de **paprikasalsa**.



6. Aardappelpuree op maat

Wij zijn dol op aardappelpuree omdat je er alle kanten mee uit kunt. Pas 'm gewoon aan je eigen smaak aan: Wat boter voor extra romigheid? Een scheutje melk erbij? Wat nootmuskaat? Verse bieslook? De mogelijkheden zijn eindeloos.