

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 netje kruimige aardappels
- 1 gele paprika
- 1 rode ui
- 10g verse peterselie
- 25g zonnebloempitten
- 1x procureur varkenslapjes

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 642kcal, vet 34.5g, koolhydraten 47.2g, eiwit 33.0g



1. Aardappels koken

Breng ruim gezouten water voor de **aardappels** aan de kook in een middelgrote kookpan– de aardappels hoeven niet helemaal ondergedompeld te zijn. Schil en snij de **aardappels** doormidden (de grotere in vieren). Kook ze in 15-20min gaar.



2. Ingrediënten voorbereiden

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



3. Groenten bakken

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



4. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en kruid aan beide kanten rijkelijk met peper en zout. Verhit de gebruikte koekenpan met 1el olijfolie. Bak het **vlees** 3-4min per kant op medium tot hoog vuur, tot het goudbruin en gaar is. Haal het uit de pan en laat kort rusten. Rooster de **rest van de zonnebloempitten** 1-2min in dezelfde pan.



5. Afmaken en serveren

Schep een kopje **kookwater** uit de pan met **aardappels** en giet ze dan af. Doe de **aardappels** terug in de pan en stamp ze tot een **puree**. Voeg **kookwater** toe tot je de gewenste consistentie bereikt hebt. 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. Wunschkonzert

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 opties zijn eindeloos..