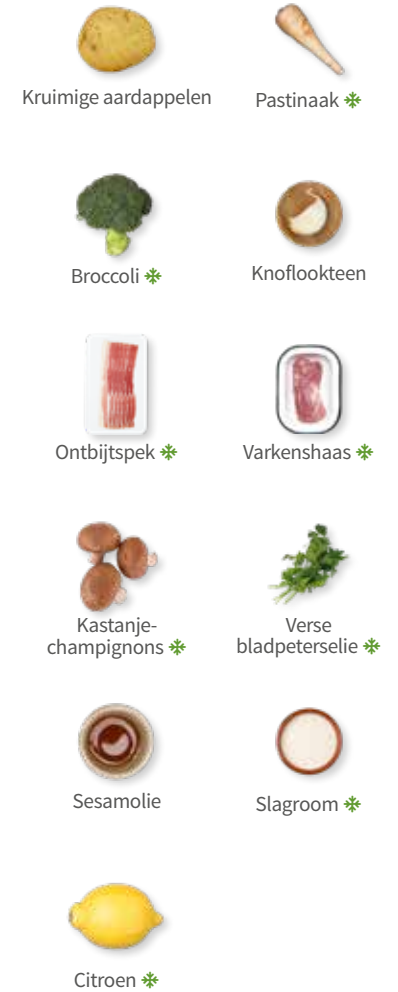




## VARKENSHAAS IN ONTBIJTSPEK MET PADDENSTOELEN-ROOMSAUS MET PASTINAAKPUREE EN GEROOSTERDE BROCCOLI



40 min

Gemakkelijk

Eet binnen 5 dagen

Het is op en top herfst – daarom vind je in dit recept een van onze herfstfavorieten: pastinaak. Deze vergeten groente heeft een zoete, anijsachtige smaak, die in de pastinaakcrème goed tot zijn recht komt. Een ding is zeker: deze groente vergeet je niet snel meer! Laat je ons weten of het in de smaak viel?

# BEGIN — GOED

## BENODIGDHEDEN

Ovenschaal, aardappelstamper, pan met deksel, koekenpan, dunschiller, rasp en bakplaat met bakpapier.  
Laten we beginnen met het koken van de **varkenshaas in ontbijtspek met paddenstoelen-roomsaus**.



### 1 KOKEN

Verwarm de oven op 200 graden. Was de **aardappelen** grondig en snijd in grove stukken. Schil de **pastinaak** met een dunschiller en snijd in grove stukken. Zorg dat de **aardappelen** en **pastinaak** net onder water staan in een pan met deksel en kook, afgedekt, in 12 – 16 minuten beetgaar.



### 2 BROCCOLI ROOSTEREN

Snijd de bloem van de **broccoli** in roosjes en de steel in blokjes. Pers de **knoflook** of snijd fijn. Meng de **broccoli** op een bakplaat met bakpapier met de olijfolie, de helft van de **knoflook** en peper en zout naar smaak. Rooster de **broccoli** 20 – 30 minuten in de oven, of tot de **broccoli** bruin kleurt. Schep af en toe om.



### 3 VARKENSHAAS BAKKEN

Wikkel het **ontbijtspek** om de **varkenshaas**. Verhit ½ el roomboter per persoon in een koekenpan op middelhoog vuur en bak de **varkenshaas** 3 – 4 minuten rondom aan. Leg de **varkenshaas** in een ovenschaal en zet de laatste 6 – 8 minuten bij de **broccoli** in de oven.



### 4 ROOMSAUS MAKEN

Zet de koekenpan terug op middelhoog vuur en bak de **kastanjechampignons** samen met de overige **knoflook** 4 – 5 minuten. Voeg de helft van de **bladpeterselie** en 1 tl **sesamolie** per persoon toe en bak nog 1 minuut. Haal de pan van het vuur, voeg de **slagroom** toe en meng goed. Zet de pan terug op het vuur en laat 8 – 10 minuten inkoken, tot er een romige saus ontstaat. Breng op smaak met peper en zout.



### 5 PUREE MAKEN

Stamp de **aardappelen** en **pastinaak** met een aardappelstamper tot een puree. Voeg de overige roomboter, een scheutje melk en de mosterd toe. Breng op smaak met peper en zout. Rasp de schil van de **citroen** en pers de **citroen** uit.



### 6 SERVEREN

Snijd de **varkenshaas** in plakken. Meng per persoon ½ tl **citroenrasp** en 1 tl **citroensap** door de **broccoli**. Verdeel de puree en de **broccoli** over de borden. Leg de **varkenshaas** ernaast, serveer met de paddenstoelen-roomsaus en garneer met de overige **bladpeterselie**.

## 1-6 PERSONEN INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Kruidige aardappelen (g)	200	400	600	800	1000	1200
Pastinaak (g) *	75	150	225	300	375	450
Broccoli (g) *	125	250	375	500	625	750
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Ontbijtspek (plakken) *	3	6	9	12	15	18
Varkenshaas (st) *	1	2	3	4	5	6
Kastanjechampignons (g) *	60	125	180	250	305	375
Verse bladpeterselie (takjes) *	3	6	9	12	15	18
Sesamolie (tl) 11	1	2	3	4	5	6
Slagroom (ml) 7 *	100	200	300	400	500	600
Citroen (st) *	¼	½	¾	1	1½	1½
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	½	1	1½	2	2½	3
Roomboter (el)	1	2	3	4	5	6
Melk	scheutje					
Mosterd (tl)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout	naar smaak					

\* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 G
Energie (kJ/kcal)	4310 / 1030	556 / 113
Vetten (g)	67	9
Waarvan verzadigd (g)	36,2	4,7
Koolhydraten (g)	53	7
Waarvan suikers (g)	10,4	1,3
Vezels (g)	13	2
Eiwit (g)	45	6
Zout (g)	1,0	0,1

#### ALLERGENEN

7) Melk/lactose 11) Sesam

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Neem gerust contact op via de website of via onze social-mediakanalen.



★ TIP: Rasp alleen het gele gedeelte van de citroen – de witte schil is bitter.