



# Varkenshaas met aardbeien-balsamicosaus

Met geroosterde aardappeltjes en sperziebonen



Vastkokende aardappelen



Verse rozemarijn \*



Sperziebonen \*



Sjalot



Varkenshaas \*



Aardbeienjam \*

Totaal: 45 min.

Glutenvrij

Gemakkelijk

Family

Eet binnen 3 dagen

Aardbeienjam bij varkensvlees klinkt misschien bijzonder, maar je hebt vast weleens gehoord van appel bij varkensvlees of cranberry's bij kalkoen. De zoete, frisure vruchten vormen een mooi contrast met het hartige vlees. Zo maak je van jouw varkenshaas echt iets bijzonders.

# BEGIN — GOED

## BENODIGDHEDEN

Koekenpan, aluminiumfolie en bakplaat met bakpapier.

Laten we beginnen met het koken van de **varkenshaas met aardbeien-balsamicosaus**.



### 1 AARDAPPELEN BEREIDEN

Haal de varkenshaas uit de koelkast om op kamertemperatuur te laten komen. Verwarm de oven op 200 graden. Was de **aardappelen** grondig en snijd in blokjes van 1 cm. Ris de naaldjes van de takjes **rozemarijn** en hak fijn. Verdeel de **aardappelen** over een bakplaat met bakpapier en meng met ½ el olijfolie per persoon en 1 tl gehakte **rozemarijn** per persoon. Breng op smaak met peper en zout. Bak 15 – 20 minuten in de oven ★.



### 4 VARKENSHAAS BAKKEN

Wrijf ondertussen de **varkenshaas** in met peper en zout. Verhit 1 el olijfolie per persoon in een koekenpan op middelmatig vuur. Leg de **varkenshaas** in de pan en bak in 10 – 13 minuten rondom bruin. Laat rusten onder aluminiumfolie tot je hem serveert. Laat het bakvocht in de pan.



### 2 SNIJDEN

Verwijder ondertussen de steelaanzet van de **sperziebonen** en snipper de **sjalot**.

★**TIP:** Zorg dat er nog ruimte is voor een tweede bakplaat voor de sperziebonen, of leg de aardappelen aan één kant van de bakplaat, zodat de sperziebonen er nog naast kunnen. Past niet alles in de oven? Kook de sperziebonen dan in 8 – 10 minuten gaar in een pan met deksel.



### 5 SAUS MAKEN

Verhit de koekenpan met het bakvocht op middelmatig vuur en fruit hierin de **sjalot** en de overige **rozemarijn** 3 – 5 minuten. Voeg de **aardbeienjam**, de zwarte balsamicoazijn en 2 eetlepels water per persoon toe. Roer goed en laat 2 minuten zachtjes inkoken. Zet het vuur uit en roer vlak voor het serveren de roomboter door de **sous** en breng op smaak met peper en zout.



### 3 SPERZIEBONEN BAKKEN

Leg, als de oventijd van de **aardappelen** verstreken is ★★, de **sperziebonen** bij de **aardappelen** op de bakplaat (of op een nieuwe bakplaat), meng met ½ el olijfolie per persoon en breng op smaak met peper en zout. Bak de **sperziebonen** en **aardappelen** nog 15 minuten.



### 6 SERVEREN

Snijdt de **varkenshaas** in plakken. Verdeel de **aardappelen**, **sperziebonen** en **varkenshaas** over de borden. Schenk de **sous** over de **varkenshaas**.

★★**TIP:** Heb je een minder sterke oven? Bak de aardappelen dan 10 minuten langer dan de aangegeven baktijd voordat je de sperziebonen erbij legt.

## 1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Vastkokende aardappelen (g)	300	600	900	1200	1500	1800
Verse rozemarijn (takjes) *	¼	½	¾	1	1¼	1½
Sperziebonen (g) *	200	400	600	800	1000	1200
Sjalot (st)	¼	½	¾	1	1¼	1½
Varkenshaas (st) *	1	2	3	4	5	6
Aardbeienjam (g) 19) 22) *	30	45	75	105	120	150

Zelf toevoegen

Olijfolie (el)	2	4	6	8	10	12
Zwarte balsamicoazijn (el)	½	1	1½	2	2½	3
Roomboter (el)	1	2	3	4	5	6
Peper & zout	naar smaak					

\* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3533 / 845	515 / 123
Vet totaal (g)	39	6
Waarvan verzadigd (g)	12,2	1,8
Koolhydraten (g)	84	12
Waarvan suikers (g)	19,2	2,8
Vezels (g)	13	2
Eiwit (g)	33	5
Zout (g)	0,2	0,0

## ALLERGENEN

Kan sporen bevatten van: 19) Pinda 22) Noten

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



WEEK 26 | 2019

