



#### Gebardeerd varkenshaasje met gestoomde groenten

Het is een plezier om te zien dat **everyone loves varkenshaasje à la tante Hilde Lowie**, een lekker & eenvoudig spitsuurgerecht dat in de familie geschiedenis heeft gemaakt. Ik **Snoep gezond** & geef er boontjes, spruitjes, wortelen & 1 doosje mini kroketjes voor 4 personen bij.

#### Dit heb je nodig voor 4 personen:

- 800 g varkenshaasje
- 10 sneden gerookt spek
- Verstegen satékruiden
- 750 g prinsessenboontjes en/of jonge wortelen (**staat respectievelijk op de eerste & tweede plaats in groenten top 5 van het eerste leerjaar heb ik gezien in "DE SCHAKEL" van juni 2008 uitgegeven door GBS SLEIDINGE.**)

of

- 1 bussel jonge wortelen & 200 g spruitjes + 25 g boter/ 50 g spekreepjes

#### WERKWIJZE :

1. Stoom de wortelen in het zwarte bakje van de stoomkoker en de boontjes of spruiten, 40 minuten.
2. Snijd 800 g varkenshaasje in 10 stukken
3. Wikkel een reepje gerookt spek rond elk stukje vlees.  
Druk de boven- en onderkant in satékruiden.  
Bak af en laat op een zacht vuurtje gaar worden.
4. Bak het spek op een hoog vuur (**zonder boter**) in de kookpot.  
Smelt een klontje boter in de kookpot. Doe de spruitjes erbij. Breng op smaak met 10 draaien zout, 20 draaien peper en muskaatnoot.
5. Smelt een klontje boter. Fruit er een gesnipperd ajuintje in.  
Doe er de gestoomde boontjes en/ of wortelen bij.  
Breng op smaak met peper en zout

***Bij varkenskotelet met spruitjes drink ik Château Moulin d'Anglade 2005 Rood, Premières Côtes de Blaye of Sangre de Toro 2005 Torres uit Catalunya, Spanje***