



# VARKENSHAAS MET PISTACHE-TIJMKORST MET GEKARAMELLISEERDE WITLOF EN ROMIGE KNOLSELDERIJ-APPELPUREE

SPECIAL INGREDIËNT



## PISTACHENOOT

Deze noot is afkomstig van de pistache boom en wordt ook wel pimpernoot genoemd. Hij bevat relatief weinig calorieën en veel vitamines en mineralen. Je kunt ze als snack eten maar ook gebruiken zowel zoete als hartige gerechten.



Verse tijm ✱



Pistachenoten



Knoflookteen



Varkenshaas ✱



Agria aardappelen



Knolselderij



Elstar appel



Witlof ✱



Mascarpone ✱



45 min

Glutenvrij

Veel handelingen

Eet binnen 5 dagen

Wij vieren deze week onze liefde voor goed eten! Dit gerecht is een ode aan mooie smaakcombinaties zoals varkensvlees en appel, witlof en appel en pistache en tijm. Varkenshaas is de meest malse spier op de rug van een varken. Het vlees in jouw box komt van het Belgische varkensras Piétrain, met een laag vetgehalte. In tegenstelling tot andere stukjes varkensvlees, kun je varkenshaas rosé eten.

# BEGIN — GOED

## BENODIGDHEDEN

Bakplaat met bakpapier, pan met deksel, koekenpan met deksel en aardappelstamper.

Laten we beginnen met het koken van de varkenshaas met pistache-tijmkorst.



### 1 VARKENSHAAS BEREIDEN

Verwarm de oven voor op 180 graden. Ris de blaadjes van de takjes **tijm**. Hak de **pistachenoten** en de **knoflook** heel fijn en meng op een bord met de helft van de **tijm**, peper en zout ★. Rol de **varkenshaas** door het pistachemengsel en druk aan tot een korst. Leg op een met bakplaat met bakpapier en bak 20 – 25 minuten in de oven. Laat daarna een paar minuten rusten.



### 4 WITLOF KARAMELLISEREN

Snijdt ondertussen de **witlof** in de lengte doormidden. Verhit de boter met de suiker in een koekenpan met deksel op middelmatig vuur en leg de **witlof** met de snijkant naar beneden in de pan. Breng op smaak met zout. Laat 10 minuten liggen, keer daarna om en laat met de deksel op de pan nog 5 – 7 minuten garen. Snijd eventueel het bruine stronkje van de **witlof** als je die te hard vindt.



### 2 PUREE VOORBEREIDEN

Kook ondertussen ruim water in een pan met deksel voor de aardappelen en de knolselderij. Schil de **knolselderij**, weeg 150 g per persoon af en snijd in blokjes van 1 cm ★★. Schil de **aardappelen** en snijd in grove stukken. Schil de **appel**, verwijder het klokhuis en snijd in grove stukken.



### 5 PUREE MAKEN

Stamp de **aardappel**, de **knolselderij**, de **appel** en de **mascarpone** met een aardappelstamper tot er een fijne puree ontstaat. Breng op smaak met peper en zout.

★ **TIP:** Je kunt de knoflook, pistachenoten en tijm ook fijnmalen in een keukenmachine.



### 3 KOKEN

Voeg de **aardappelen**, de **knolselderij** en een flinke snuf zout toe aan de pan met kokend water en kook in 17 – 20 minuten gaar. Voeg de laatste 2 – 3 minuten de **appel** toe. Giet af en laat zonder deksel uitstomen.



### 6 SERVEREN

Snijdt de **varkenshaas** in plakken. Verdeel de **puree** en de **varkenshaas** over de borden. Serveer met de gekaramelliseerde **witlof**. Garneer met de overige **tijm** en de **pistachenootjes** die van de **varkenshaas** zijn gevallen.

★★ **TIP:** Het is erg belangrijk dat je de knolselderij kleiner dan de de aardappel snijdt. Knolselderij gaart namelijk minder snel dan aardappel.

## 1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Verse tijm (takjes 23) *	4	8	12	16	20	24
Pistachenoten (g) 8) 19) 22) 25)	25	50	75	100	125	150
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Varkenshaas (120 g) *	1	2	3	4	5	6
Agria aardappelen (g)	150	300	450	600	750	900
Knolselderij (g) 9)	150	300	450	600	750	900
Elstar appel (st)	1/3	2/3	1	1 1/3	1 2/3	2
Witlof (st) *	1	2	3	4	5	6
Mascarpone (g) 7) *	15	30	45	60	75	90
Roomboter* (el)	1 1/2	3	4 1/2	6	7 1/2	9
Suiker* (tl)	2	4	6	8	10	12
Peper & zout*	naar smaak					

\*Zelf toevoegen | \* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 G
Energie (kJ/kcal)	3280 / 784	518 / 124
Vetten (g)	43	7
Waarvan verzadigd (g)	20,3	3,2
Koolhydraten (g)	57	9
Waarvan suikers (g)	19,9	3,1
Vezels (g)	15	2
Eiwit (g)	39	6
Zout (g)	0,5	0,1

## ALLERGENEN

7) Melk/lactose 8) Noten 9) Selderij  
Kan sporen bevatten van: 22) (Andere) noten 23) Selderij 25) Sesam

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

#HelloFresh

Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).

www.hellofresh.nl  
www.hellofresh.be  
WEEK 07 | 2018

