

Recept!

Varkensfiletlapjes, kerriebloemkool en aardappelpuree

Ingrediënten

1200 gram aardappelen
3 eetlepels olijfolie
1 zakje kerriepoeder
1 bloemkool in roosjes
3 takjes platte peterselie
2 schalen varkensfiletlapjes
100 ml melk

Bereiding

Verwarm de oven voor op 200 °C. Breng een ruime pan water aan de kook. Schil ondertussen de aardappelen, snijd in gelijke stukken en kook in water met eventueel zout in 20 min. gaar.

Meng ondertussen de olie met de kerrie. Halveer de grotere bloemkoolroosjes. Schep de bloemkoolroosjes met $\frac{3}{4}$ van de kerrieolie om in de ovenschaal. Bak de bloemkool ca. 20 min. in het midden van de oven. Schep halverwege om. Besprenkel eventueel na 10 min. met extra olie als de bloemkool te droog wordt.

Snijd ondertussen de peterselie fijn. Verhit de grillpan zonder olie of boter. Bestrijk de varkensfiletlapjes met de rest van de kerrieolie en bestrooi met peper en eventueel zout. Gril het vlees in de grillpan in 8 min. goudbruin en gaar. Keer halverwege. Neem uit de pan, snijd in repen en houd warm onder aluminiumfolie.

Giet de aardappelen af. Voeg de melk toe en stamp met de pureestamper tot puree. Schep de peterselie erdoor en breng op smaak met peper en eventueel zout. Serveer met de reepjes varkensfilet en bloemkoolroosjes.

Eet smakelijk!

Onze *inspiratie*: Allerhande
Kleinlangevelsloo – Supermarkt in het bos!

Biologische
Boerderijwinkel