



Hoofdgerechten

Eénpansgerecht met varkenskoteletjes en paprika

Voor 4 personen.

Ingrediënten

4 koteletten (varkens)
170 milliliter groentebouillon
2 eetlepels balsamicoazijn
2 eetlepels honing
200 gram kastanjechampignons
150 gram kerstomaatjes
1 puntpaprika (rode)
2 gele paprika's
2 eetlepels peterselie (fijngehakt)
2 eetlepels bieslook (fijngehakt)
2 eetlepels boter (koude, in blokjes)
olijfolie
peper
zout

Bereidingswijze

Snij de gele paprika's in dunne reepjes. Snij de puntpaprika in ringen. Maak de champignons schoon en snij in partjes. Kruid de koteletten met peper en zout en bak ze in olijfolie langs beide kanten goudbruin. Haal ze uit de pan.

Doe nu de paprikareepjes, kerstomaatjes en de champignons in dezelfde pan en roerbak 5 minuten. Schep alles uit de pan en blus de pan met de balsamico en de bouillon. Schraap alle aanbaksels los en breng aan de kook. Roer er de honing onder en laat nog 1 minuut doorkoken.

Leg het vlees en de groenten terug in de pan. Zet het vuur laag en laat 5 minuten sudderen. Roer er de koude blokjes boter onder, bestrooi met de peterselie en de bieslook en serveer meteen. Lekker met puree.

3 top tips voor de sappigste koteletjes:

1. Laat het vlees een halfuur op voorhand op kamertemperatuur komen.
2. Gebruik een kleefpan en dep de koteletten droog met keukenpapier voor je ze bakt. Zo krijg je een verrukkelijk korstje.

3. Haal het vlees uit de pan vóór het volledig gegaard is. Leg dan 5 minuutjes op een warm bord afgedekt met aluminiumfolie voor je ze serveert.

