

Varkenshaasmedaillons met appel-kerriesaus

Geen afbeelding beschikbaar

Bereidingstijd: 35 min **Personen:** 4 **Categorie:** Varkensvlees **Gerecht type:** Meerpans

Per portie: 575 Kcal, vet 39 g (waarvan verzadigd 25 g), koolhydraten 14g, eiwit 41 g, vezels 3 g, zout 0,5 g. 45 g groente per persoon

Ingrediënten

- 2 - varkenshaasjes (700 gr)
- bloem
- boter
- 2 uien
- ½ tl tijm (gedroogd)
- 2 - zoetzure appels
- kerriepoeder
- 1 el peterselie

Bereiding

1. Snijd de varkenshaas in plakken van 2,5-3 cm dik. Druk deze iets platter en bestrooi met zout, peper en bloem.
 2. Verhit 75 gr boter in een koekenpan en bak hierin de varkenshaas medaillons per kant in 2-3 minuten goudbruin, zodat ze aan de binnekant nog rosé zijn. Schep uit de pan en houd warm onder aluminium folie.
 3. Schil de appels en snijd ze in blokjes. Snipper de ui grof en voeg deze samen met de tijm toe aan het bakvet en fruit 3-4 minuten. Voeg een klontje boter, de appels en kerrie toe en breng op smaak met zout en peper. Bak nog ca 3 minuten en voeg dan blokje koude boter toe. Leg de varkenshaas medaillons eventueel aan een kan erbij om ze nog iets te verwarmen. Bestrooi met de peterselie.
- Lekker met aardappelpuree met mosterd en een groende salade.