

MARLEY SPOON



Japanse varkensprocureur

met een lichte appel-radijssalade



20-30min



2 personen

Zo'n krachtpatser als dit lapje varkensvlees krijgt een bijzonder verfijnde smaak dankzij een geglaceerde laag waarin de Japanse 7-kruidentmix prima tot zijn recht komt. En zeg maar dááág tegen voedselverspilling, want je verwerkt de loofblaadjes van de radijs in een flinke bladsalade met mizuna, rode babysnijbiet, frisse appel en een dressing met getoast zwart sesamzaad.

Wat je van ons krijgt

- elstar appel
- zakjes zwart sesamzaad ¹¹
- babysnijbiet
- bosje radijs
- limoen
- verse gember
- Japanse kruidenmix
- sojasaus ^{1,6}
- varkensprocureur
- rode mizuna

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- aluminiumfolie
- bakpapier
- bakplaat
- keukenrasp
- middelgrote koekenpan
- oven
- vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 595.0kcal, vet 40.1g, eiwit 31.8g, koolhydraten 22.5g



1. Procureur kruiden

Verwarm de oven voor op 200°C hetelucht/220°C. Verwijder evt. vetrandje van het **varkenslapje** (het vet geeft meer smaak!) en wrijf het **vlees** aan beide kanten in met de **Japanse kruidenmix** en een snuf zout. Schil de **gember** en rasp deze en de **limoenschil** fijn. Roer de **rasp** door de **sojasaus**. Pers de **limoen** uit en voeg **2el sap** aan de **dressing** toe.



4. Salade voorbereiden

Snijd de **appel** in kwarten, verwijder het klokhuis en snijd de **appel** in zeer dunne plakjes. Pluk de **radijsblaadjes** en was ze in een vergiet, laat uitlekken. Snijd de **radijsjes** in kwarten. Meng in een grote kom de **appel**, **radijs**, **mizuna**, **radijsblad** en **rode babysnijbiet**.



2. Procureur bakken

Verhit 1el olie in een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur. Voeg het **vlees** toe als de olie heet genoeg is en bak deze aan alle kanten in 3-4min tot een korst ontstaat. Leg op een bakplaat met bakpapier (of in een ovenschaal), bestrijk met **2el dressing** en bak 15-18min totdat het **vlees** gaar is. Pak in aluminiumfolie in en laat zo 5min rusten.



5. Dressing maken

Roer de **helft van het sesamzaad** en 1el plantaardige olie door de eerder gemaakte **dressing**. Breng op smaak met wat peper. Giet de **dressing** over de **salade** en hussel om.



3. Sesamzaad roosteren

Veeg intussen de koekenpan schoon en verhit op middelhoog vuur. Voeg het **zwarte sesamzaad** toe en bak 3-5min af en toe roerend tot het begint te geuren. Let op: **sesamzaad** kan snel aanbranden.



6. Vlees opdienen

Neem het **varkenslapje** uit de folie en snijd met een scherp mes in 0,5-1cm dikke plakken. Verdeel de **salade** over de borden, leg de plakken **vlees** er bovenop. Bestrooi met de **rest van het sesamzaad**.