

SLASTAMPPOTJE MET SPEKLAPJES



2 personen / 527 kcal per persoon

Ingrediënten:

- 500 gram kruimige aardappels
- ½ kropsla
- 150 gram speklapjes
- 1½ eetlepels grove mosterd
- peper en zout
- 1 theelepel nootmuskaat

Bereiding:

Aardappels in een pan met weinig water en zout aardappels in ca. 12 minuten gaarkoken. Intussen sla wassen, uitslaan en bladeren in reepjes snijden. Spek in reepjes snijden. Verhit een hapjespan zonder olie of boter en bak de spek in ca. 5 minuten rondom bruin en krokant. Spek uit pan op bord scheppen. Sla in achtergebleven bakvet al omscheppend in ca. 2 minuten laten slinken. Aardappels afgieten (kookvocht opvangen) en met mosterd en wat opgevangen kookvocht tot smeuijge puree stampen. Sla erdoor scheppen. Stampotje op smaak brengen met zout, peper en nootmuskaat. Serveren met de spekjes.

SLASTAMPPOTJE MET SPEKLAPJES

Voedingswaarde per persoon:

Energie:	527 kcal
Eiwit:	21,9 gram
Koolhydraten:	45,9 gram
- waarvan suikers:	1,5 gram
Vet:	27,1 gram
Vezels:	5,4 gram
Zout:	1,7 gram