

## VARKENSHAASJE POLENTA KNOLSELDER ERWTEN



### Ingrediënten (voor 4 personen):

- 500 g varkenshaasje
- 2 el gezonde margarine
- 300 g polenta
- 1,2 liter water
- 400 g diepvriesdoperwtjes
- 400 g knolselder
- een lente-uitje
- 2 vetarme groentebouillonblokjes
- 250 ml soya-roomvervanger 3% vet
- Maïzena Expresse voor witte sauzen
- peper, zout en nootmuskaat



### Bereidingswijze:

- Doe 2 el gezonde margarine in een pan en bak hierin de varkenshaasjes gaar.
- Kruid ze eerst met peper en zout.
- Breng 1,2 liter water aan de kook met 1 vetarm groentebouillonblokje.
- Voeg de polenta toe en laat nog 8 minuten doorkoken onder voortdurend omroeren.
- Snij de knolselder in kleine blokjes.
- Kook de knolselder en de doperwtjes gaar en meng onder mekaar.
- Breng de soya roomvervanger samen met 250 ml kookvocht en 1 vetarm bouillonblokje aan de kook en bindt met Maïzena Expresse voor witte sauzen
- Voeg de witte saus toe aan de knolselder-erwtenmengeling.
- Dien de groenten in witte saus op samen met polenta en enkele sneetjes varkenshaasje en werk af met een fijngesnipperd lente-uitje.
- Laat het smaken!