

Blinde vink met witloof en Kasteelbier

 Hoofdgerecht

 Pottenkijken

 4 personen



4 personen

Ingrediënten

- blinde vinken (vogels zonder kop, beenhouwerij) of diepvries **4**
- gerookte spek **200 g**
- stronkjes witloof **4 stuks**
- boter of margarine **1 el**
- instantsausbinder voor bruine sauzen
- Kasteelbier Donker (speciaalbier) speciaalbier **33 cl**
- paprikapoeder **0.25 kl**
- zwarte peper



- 1 Voorbereiding:
- 2 Snij het witloof in grove stukken.
- 3 Bereiding:
- 4 Smelt de boter in een brede pan en bak de (diepgevoren) blinde vinken aan alle kanten goudbruin. Haal ze uit de pan en hou warm.
- 5 Roerbak de spekblokjes 2 min. in dezelfde pan.
- 6 Voeg het grofgesneden witloof toe en roer om. Kruid met het paprikapoeder en peper. Laat 2 min. stoven.
- 7 Schik de blinde vinken op het witloof, giet er het bier bij en breng aan de kook. Dek de pan af en laat 20 min. sudderen op een zacht vuur. Laat 5 à 10 min. langer sudderen als u diepgevoren vlees gebruikt.
- 8 Bind de saus met instantsausbinder.
- 9 Afwerking:
- 10 Serveer de blinde vinken met de saus en rauw witloof. Geef er frietjes bij.

Onze drankensuggestie

Bier

Kasteelbier Donker

Wijn

Château La France - A.O.P. Bordeaux Supérieur

Voedingswaarden per persoon

Energie	Vet	Eiwit	Koolhydraat
509 kcal	33.9 g	32.9 g	7.9 g