

# Parelhoen met geuze

 **Hoofdgerecht**
 **Smakelijk! 1**
 **4 personen**


## 4 personen

### Ingrediënten

<input type="checkbox"/>	parelhoenen (diepvries)	<b>1.1 kg</b>
<input type="checkbox"/>	gerookte spek	<b>100 g</b>
<input type="checkbox"/>	sjalot	<b>1 eetlepel</b>
<input type="checkbox"/>	geuze	<b>1 flessen</b>
<input type="checkbox"/>	boter of margarine	<b>2 el</b>
<input type="checkbox"/>	aalbessengelei	<b>2 eetl.</b>
<input type="checkbox"/>	instantsausbinder	
<input type="checkbox"/>	gedroogde tijm	<b>1 takje</b>
<input type="checkbox"/>	laurier	<b>1 blad</b>
<input type="checkbox"/>	zwarte peper	



- 1 Voorbereiding:
- 2 Laat het parelhoen bijna volledig ontdooien, zodat u het in stukken kunt snijden.
- 3 Bereiding:
- 4 Verhit 2 eetl. boter in een stoofpot en bak de stukken parelhoen rondom goudbruin.
- 5 Voeg de fijngesnipperde sjalot toe, samen met de spekblokjes. Laat even stoven en kruid met peper en zout, een takje tijm en een blaadje laurier.
- 6 Giet er het flesje geuze bij, dek de pan af en laat het parelhoen zachtjes gaar stoven (gedurende ± 1 u 15 min.).
- 7 Haal de stukken parelhoen uit de pot en hou ze warm. Doe de aalbessengelei bij het braadvocht en laat even doorkoken. Bind de saus met een weinig instantsausbinder.
- 8 Afwerking:
- 9 Dien op met witloof en kroketten.

### Voedingswaarden per persoon

Energie	Koolhydraat	Vet	Eiwit
400 kcal	17.3 g	16.9 g	38.4 g