



Ham met dragonsaus

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- 4 lakken gekookte ham van elk 12 cm dik
- 1/2 bosje dragon
- 1 el braadboter
- 100 ml droge witte wijn
- 4 el crème fraîche
- 1 tl mosterd
- zout, zwarte peper

-  Bereiden in: pan
-  Voorbereiding: 15 min.
-  Bereiding: 10 min.

Voedingswaarde

- 190 kcal / 868 kJ
- 12 g vet
- 18 g eiwit
- 2 g koolhydraten
- 0 g vezels

Wist u dit

In de Middeleeuwen geloofde men dat dragon - 'draken- of slangenkruid'- hielp bij beten van giftige dieren. Tegenwoordig wordt dragon vooral in de Franse keuken gebruikt.

Textielstraat 13 | 7483 PC Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Ham met dragonsaus

Bereiding

- 1 Verwijder het zwoerd en eventuele vetrandjes van de ham. Was de dragon, schud goed droog en snijd het fijn. Bewaar een paar blaadjes voor de garnering.
- 2 Verwarm de braadboter in een pan. Doe de ham in de pan als de boter begint te schuimen en braad de plakken aan elke kant 4 min. krachtig aan. Neem ze uit de pan en houd ze warm.
- 3 Giet overtollig vet uit de pan. Voeg de wijn en dragon toe en laat op een middelhoog vuur ca. 2 min. zachtjes koken. Maak de aanbaksels met een spatel los.
- 4 Roer er crème fraîche en mosterd door en neem van het vuur. Breng de saus op smaak met zout en peper. Garneer met dragon en serveer bij de ham.

Kooktips

Braadboter ontwikkelt een lekkere smaak tijdens het braden, maar bevat wel veel vet. Voor een magerder gerecht kun u beter bijvoorbeeld zonnebloemolie gebruiken.

Serveren

Serveer bij de ham met dragonsaus een gemengde salade en geef er knapperig geroosterd boerenbrood bij. Een glas wijn of bier smaakt er heerlijk bij.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten