

Sofrito varkensvlees in witte wijn

Sofrito van varkensvlees in witte wijn. Een feestelijk gerecht welke niet verkeerd staat op kerstmenu. Sofrito kom je als naam veel tegen in de spaanse keuken, maar daar is de saus vooral gebaseerd op tomaten. Maar ten opzichte van de Griekse sofrito is er wel 1 grote overeenkomst, nl best wel veel knoflook:). Hou je hier dus niet zo van, kies dan voor 1 teentje knoflook. Traditioneel wordt dit gerecht met vlees gemaakt dat een behoorlijke stooftijd nodig heeft, ook lekker maar soms heb ik ook geen tijd, dus dan een de combi met een filetlapje een prima oplossing.

Fijn gerecht met wat gekookte groenten en eventueel een mooi gekookt aardappeltje.

Voor 3 personen

Bereidingstijd: 15 minuten

Ingrediënten

- 400 gram varkensfilet lapjes
- 100 ml witte wijn
- 2 teentjes knoflook
- 150 ml bouillon
- 3 eetlepels verse peterselie
- 2 eetlepels citroensap
- Peper
- Zout
- Bloem
- Olijfolie

Bereiding

Bestrooi de varkensfilet lapjes met wat zout en peper en haal ze door de bloem.

Verwarm in de koekenpan een scheut olijfolie en bak de varkensfilet snel om en om zodat ze lichtbruin gekleurd zijn (hoeven nog niet helemaal gaar te zijn).

Haal het vlees uit de pan en zet dit even apart. Zet het vuur heel laag

Snij de knoflook in hele dunne plakjes en laat deze rustig bakken in de overgebleven olie.

Voeg nog 1 flinke eetlepel bloem toe, roer goed en schenk de wijn en bouillon erbij. Flink blijven roeren zodat er geen klontjes ontstaan.

Snij de peterselie fijn en doe dit in de saus samen met het citroensap.

Nu kan het vlees er weer in. Verwarm alles goed door (eenvoudigst en snelst is om even een deksel op de pan te doen) maar niet te lang want dan worden de filetlapjes schoenenlapjes :). Ongeveer 3-4 minuten is meer dan voldoende.