

Varkensfiletrollade

Lambert Wilbrink, Beekbergen



”Met wat extra aandacht,
wordt het heerlijk sappig.”



Gewicht:
Per persoon 125 - 150 gram

Bijzonderheden:
Varkensfiletrollade is magerder dan de meeste andere rollades en blijft toch lekker sappig door het inbraadproces.
Perfect voor een feestelijk diner!

Gaasterlander variatietip:
Voor een extra smaakvolle varkensfiletrollade, bestrooi de binnenkant met een kruidenmengsel of voeg een beetje mosterd toe voordat je de rollade oprolt. Dit geeft een heerlijke smaakdimensie!

- 1. Op kamertemperatuur laten komen**
Haal de varkensfiletrollade minimaal een uur van tevoren uit de koelkast en laat het afgedekt op temperatuur komen.
- 2. Kruiden**
Bestrooi de rollade met zout en peper naar smaak.
- 3. Verwarmen van de pan**
Verhit een flinke klomp boter op hoog vuur in de braadpan en wacht tot het bruin kleurt.
- 4. Bruinen**
Leg de varkensfiletrollade in de pan en braad deze 2 minuten rondom bruin.
- 5. Garingsproces**
Zet het vuur laag en braad de rollade 40 minuten gaar, met het deksel schuin op de pan. Keer de rollade regelmatig om.
- 6. Rusten**
Haal de rollade uit de pan en laat deze 10 min. rusten op een bord, afgedekt met aluminiumfolie.
- 7. Snijden & Serveren**
Voeg zout en peper naar smaak toe en snijd de rollade in plakken voor het serveren.
- 8. Eet Smakelijk!**

Voedingswaarde per 100 g onbereid	
Energie	128 kcal
Vet - waarvan verzadigd	3,9 g 1,5 g
Koolhydraten - waarvan suikers	0 g 0 g
Vezels	0 g
Eiwit	23,3 g
Zout	0,13 g