



## Stegt flæsk met peterseliesaus

*Het Deense nationale gerecht: krokant gebakken plakken buikspek met een romige peterseliesaus en gekookte aardappelen. Stevig, eenvoudig en uiterst troostend.*

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
<b>15'</b>	<b>30'</b>	<b>4</b>	<b>Hoofdgerecht</b>

### Ingrediënten

800 g buikspek, in dikke plakken van ongeveer 1 cm

Zout

Voor de peterseliesaus:

40 g boter

40 g bloem

500 ml volle melk

1 ruime bos platte peterselie, fijngehakt

Vers gemalen zwarte peper

Vers geraspte nootmuskaat

Voor de aardappelen:

800 g vastkokende aardappelen

Zout

## Bereidingswijze

---

- 1.** Verwarm de oven voor op 220 graden (hetelucht 200 graden).
- 2.** Schil de aardappelen, snijd ze indien nodig doormidden en kook ze gaar in ruim gezouten water gedurende 20 tot 25 minuten. Giet af en houd warm.
- 3.** Leg de plakken buikspek naast elkaar op een rooster boven een bakplaat. Bestrooi beide zijden licht met zout.
- 4.** Schuif het rooster met bakplaat in de voorverwarmde oven en bak het spek gedurende 25 tot 30 minuten tot het goudbruin en krokant is. Draai de plakken halverwege om.
- 5.** Maak ondertussen de peterseliesaus. Smelt de boter in een steelpan op middelhoog vuur. Voeg de bloem toe en roer met een houten lepel tot een gladde roux. Laat de roux 1 minuut garen zonder te kleuren.
- 6.** Giet de melk er geleidelijk bij terwijl je voortdurend klopt met een garde. Blijf roeren en laat de saus op laag vuur 5 minuten zachtjes indikken tot ze een mooie gebonden consistentie heeft.
- 7.** Neem de pan van het vuur en roer de fijngehakte peterselie door de saus. Breng op smaak met peper en nootmuskaat.
- 8.** Serveer het krokante spek op warme borden samen met de aardappelen. Giet royaal peterseliesaus over het geheel.

**Tip**

Kies buikspek met een mooie afwisseling van vlees en vet voor de beste krokante textuur. Laat de plakken na het bakken een minuutje rusten op keukenpapier om overtollig vet op te nemen.

**Lekker met**

Gekookte vastkokende aardappelen en extra peterseliesaus aan tafel.

**Dranktip**

Een frisse Deense pils of een droge Riesling snijdt mooi door het vet van het buikspek.

---

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)