



KOKEN MET EEN BUDGET

Geroosterde sperziebonen met spekjes en krieltjes

BIJGERECHT

🕒 15 + 35 minuten

2 personen

DIT HEB JE NODIG:

- 🥕 4 el pecannoten
- 🥕 100 g krieltjes
- 🥕 250 g sperziebonen
- 🥕 ½ el olijfolie
- 🥕 100 g spekjes
- 🥕 1 limoen (sap)
- 🥕 2½ el peterselie (fijnggehakt)

MATERIAAL: bakplaat

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 175°C.
2. Rooster de pecannoten in een droge, hete koekenpan en hak ze grof.
3. Kook de krieltjes.
4. Hussel de sperziebonen met de olie en rooster met de spekjes in de oven in circa 35 minuten goudbruin.
5. Giet het vet af en meng dit met het limoensap en de peterselie.
6. Giet deze dressing over de krieltjes en meng vervolgens met de sperziebonen en spekjes.
7. Bestrooi met de pecannoten en serveer direct.



Bron: boodschappen.nl