

Venkel en pompoen met spiering en geroosterde krieltjes

minder dan 45 min.

✖ **Ingrediënten: 4 personen**

- 4 spieringen
- 1 butternutpompoen
- 1 venkelknol
- 4 takjes rozemarijn (*vers*)
- 2 rode uien
- 2 teentjes knoflook
- 600 gram krielaardappelen
- 4 eetlepels olijfolie
- peper en zout

✖ **Vorbereiding**

20 min.

- Verdeel de takjes rozemarijn in stukken.
- Pel de knoflookteentjes en snij in twee.
- Snij de rode uien in partjes.
- Wrijf de ongeschilde krielaardappelen goed schoon onder koud water en snij in de lengte in twee.
- Snij de venkel in de lengte in 2 en verwijder de harde kern.
- Snij het venkelgroen af en snipper fijn (*hou apart voor de afwerking*).
- Snij de venkel in hapklare stukken.
- Snij de butternutpompoen in de lengte in 2, verwijder de draden en de pitten.
Verwijder de schil en snij in halvemaan-tjes.

✖ **Bereiding:**

10 min. + 25 min. in de oven

1. Verwarm de oven voor op 180 °C.
2. Leg een vel bakpapier op een bakplaat.
Leg de butternutpompoen, de krielaardappelen, de venkel, het knoflook, de takjes rozemarijn en de rode ui naast elkaar.
3. Besprenkel met 3 eetlepels olijfolie en kruid met peper en zout.
4. Zet ± 25 min. in de voorverwarmde oven.
5. Verhit intussen 1 eetlepel olijfolie in een pan en bak het vlees 4 min. aan elke kant.
6. Kruid met peper en zout en haal uit de pan.
7. Giet 1 dl water in de pan en maak de braadresten los met een houten lepel.

✖ **Afwerking**

Verdeel het vlees en de geroosterde krieltjes en groenten over de borden

Lepel wat saus over het vlees.

Werk af met het venkelgroen.

