



Parelhoen met zuurkool

VOEDINGSWAARDE PER PERSOON



VOORBEREIDING: 20 minuten / **BEREIDING:** 1 uur en 30 minuten

Ingrediënten voor 4 personen

- 1 parelhoen van 1,2 kg, schoongemaakt en opgebonden
- 1 kg rauwe zuurkool
- 1 eetlepel ganzen- of eendenvet
- 1/2 theelepel zwarte peperbolletjes
- 1 eetlepel jeneverbessen
- 1 fijngesneden ui
- 2 fijngehakte teentjes knoflook
- 1 kruidentuiltje (tijm, laurier, peterseliesteeltjes)
- 20 cl riesling
- 25 cl gevogeltebouillon
- Fijn zout

1. Spoel de rauwe zuurkool meermaals grondig en wring uit met uw handen.

2. Strooi zout op de binnen- en buitenzijde van de parelhoen. Laat in een grote gietijzeren stoofpot of grote kookpot het ganzenvet smelten. Laat er de parelhoen langs alle zijden in bruinen op laag vuur en leg hem daarna op een bord.

3. Kneus de peperkorrels licht in een vijzel, doe er de jeneverbessen bij en kneus die ook licht.

4. Laat de ui en knoflook glazig worden in de stoofpot, voeg er de zuurkool aan toe en meng het geheel goed. Laat 2 tot 3 minuten stoven, voeg er het kruidentuiltje aan toe, samen met de gekneusde jeneverbessen en peper.

Leg de parelhoen op zijn zij boven op de zuurkool. Voeg er de riesling en bouillon aan toe, dek de stoofpot af en laat ongeveer anderhalf uur garen op laag vuur.

TIP VAN DE CHEF

Kneus eerst de peper voordat u de jeneverbessen kneust, want de peperbolletjes zijn harder. Ze moeten niet tot poeder verbrijzeld worden, maar gekneusd worden zodat ze hun aroma aan het gerecht kunnen geven. Als u vindt dat het gerecht te droog wordt of te veel ingekookt is, voeg dan wat wijn, bouillon of water toe.