



## The "Swag"

### Ingrediënten

1000 gram Varkensfilet of Fricandeau  
200 gram Ontbijtspek met keukenzout  
400 gram Friese geitenkaas ui-knoflook mélange 501196  
20 gram Kiemgroente  
20 sprietten Bieslook  
80 gram Kruidenolie Saphiro voor Winzersteak 653871  
1 stuks Katoenkoord

### Bereidingswijze

- Snijd een mooie lap of stuk van ongeveer 200 gram.
- Snijd open en vul met de geitenkaas en 2 plakjes ontbijtspek.
- Leg in de lengte een paar plakjes ontbijtspek over het vlees.
- Leg hierover in de lengte 6 sprietten bieslook.
- Knoop nu het vlees zigzag en diagonaal dicht met het katoenkoord.
- Doe wat kruidenolie in een spuitzak en zet een paar mooie lijnen op het product.
- Werk het geheel af met blokjes geitenkaas en kiemgroente.
- Zet eventueel nog extra vast met een bamboeprikker.

Consumentenbereiding:

- In de pan: Haal eerst de garnering eraf en braad 12 minuten rondom. Leg de garnering erop en laat het geheel nog 5 minuten met deksel erop afgaren.
- In de oven: Leg het vlees en de garnering in een ovenschaal. 30 minuten op 160 graden.

---

#### VAV divers

Zwarthoofd 2  
4878 AL Etten-leur  
T: 076 50 43 000  
F: 076 50 43 025

#### Arts divers

De Grens 28  
6598 DL-Heijen  
Gennep, Limburg  
T 0485 - 51 83 88

#### VDB divers

De Hooge Krocht 100  
2201 EZ Noordwijk  
T: 071 40 20 101  
F: 071 40 22 014