



# Groningse Saté



**Wie:** Cor en Jan  
**Smaak:** Licht Pittig  
**Bereidingstijd:** 45 min  
**Afwastijd:** Weinig  
**Kosten p.p.:** € 5,-  
**Special thanks to:** Het leven  
**Speciale benodigheden:** Superieure Cocks  
**Serveersuggestie:** Groene knuppels

**Ingrediënten voor 4-5 personen:**  
 1500 g Rundergehakt  
 1500 g verse Sperziebonen  
 750 g kant-en-klare Satésaus  
 3-4 Paprika's  
 2 Pepers (of naar eigen smaak meer)



## Wat vindt Uw PromoCie:

Dit is een recept voor de echte carnivoor. Pas wel op voor de pepers, deze proef je twee keer... Voor een extra variatie kan de satésaus ook zelf gemaakt worden.

## Bereiding

1. Dop de sperziebonen en snij deze in stukjes van ongeveer 3 cm. Doe dit in een pan en kook deze gaar
2. Doe ondertussen het gehakt in een pan zonder boter/olie oid. en bak dit ook gaar
3. Als het gehakt gaar is giet het dan af zodat er bijna geen vocht meer in zit
4. Doe de paprika's en pepers gesneden bij het gehakt en bak dit even mee
5. Voeg hierna de sperziebonen toe en de satésaus. Even goed mengen en klaar

*Wist je dat: voor dit recept de uien uit Groningen dienen te komen? Jan mega snel boontjes kan doppen?*

