



Bifana

Populaire Portugese broodjes met dunne, gemarineerde varkenslapjes in een smaakvolle look- en witte wijnsaus. Straatvoedsel op zijn best.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	15'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 500 g varkenshaas of dunne varkenslapjes
- 4 teentjes look
- 200 ml droge witte wijn
- 1 laurierblad
- 1 kl paprikapoeder
- 1 kl piri-piripoeder of chilipoeder
- 2 el olijfolie
- 4 zachte broodjes (papo-seco of zachte pistolets)
- Mosterd naar smaak

Bereidingswijze

1. Snijd het varkensvlees in zeer dunne lapjes van ongeveer 3 tot 4 mm. Klop ze eventueel wat dunner met een vleeshamer.
2. Meng in een kom de fijngeplette look, de witte wijn, het laurierblad, het paprikapoeder, het piri-
piripoeder, wat zout en peper tot een marinade. Voeg de varkenslapjes toe, roer goed om en laat
minstens 2 uur marineren in de koelkast, liefst een volledige nacht.
3. Haal het vlees uit de marinade en dep het lichtjes droog met keukenpapier. Bewaar de
marinade.
4. Verhit de olijfolie in een brede pan op hoog vuur. Bak de varkenslapjes snel aan, ongeveer 1 tot
2 minuten per kant, tot ze net gaar en licht gekleurd zijn. Werk in meerdere beurten zodat de pan
niet te vol staat.
5. Giet de marinade bij het vlees in de pan en laat alles samen 5 tot 8 minuten zachtjes pruttelen
tot de saus licht indikt. Verwijder het laurierblad.
6. Snijd de broodjes open en besmeer de binnenkant met een dun laagje mosterd.
7. Verdeel de varkenslapjes over de broodjes en lepel er wat saus over. Dien meteen warm op.

Tip

Hoe dunner de varkenslapjes,
hoe malser en smaakvoller het
eindresultaat. Vraag aan je
slager om het vlees flinterdun
te snijden, of vries het vlees
licht aan voor je het zelf snijdt.

Lekker met

Een eenvoudige groene salade
of gegrilde paprika's passen
goed bij deze broodjes.

Dranktip

Combineer met een frisse
Portugese Vinho Verde of een
koud pilsje.