**Oriental Honeyed Pork uit de slowcooker**

Nodig:

550 gr varkenshaas of varkenslappen

3 eetlepels maïzena.

4 eetlepels zonnebloemolie

1 grote ui

2 tenen knoflook.

1 groene paprika.

1 groot blik ananas (± 400 gram).

1 bakje champignons

4 rijpe tomaten

Voor de saus:

± 400 ml kippenbouillon

4 flinke eetlepels honing

2 eetlepels ketjap manis

4 eetlepels maïzena

Ananassap (uit het blik)

Bereiding:

Snijd het vlees in blokjes en bestrooi het met wat van de gekruide maïzena zodat het licht bedekt is. Verhit de olie in de pan. Braadt het vlees tot het lichtgekleurd is. Voeg de ui en de knoflook toe. Zet het vuur lager en voeg toe de paprika, ananas, champignons en tomaten. Laat dit op een zacht vuurtje staan terwijl je de saus maakt.

De saus

Voeg de honing en de sojasaus aan de (warme) kippenbouillon toe. Maak de maïzena aan met wat ananassap en voeg dat toe aan de bouillon. Giet deze saus beetje voor beetje in de pan met de groenten, goed roeren en aan de kook brengen. Kijk zelf hoeveel saus je nodig hebt, het kan minder zijn. Proef even of het voldoende gekruid is. Doe nu alles over in de crockpot. Laat dit ongeveer 5-8 uren staan (hangt van je slowcooker af)

Serveertip

Het originele recept gaf 600 ml bouillon aan en al het sap van de ananas. Ik vond dat veel te veel 400 ml is ruim voldoende. Ik heb ook niet al het ananassap gebruikt. Ik heb nog wat Chilipoeder toegevoegd, je kan natuurlijk ook andere kruiden naar je eigen smaak toevoegen.

Ik heb er rijst bij geserveerd met lekkere verse snijbonen in ruitjes gesneden waar ik wat pittige kruiden overheen heb gestrooid. Ook lekker is het met naanbrood. Of serveer het bij pasta en met een frisse salade.