

Lamsfilet uit Bresse met Hongaarse sperzieboontjes en lucifer aardappels

Datum:	04-10-2010
Type gerecht:	Hoofdgerecht
Samengesteld door:	Jan Vercoulen
Aantal personen:	7

Ingrediënten:

Lamsfilet uit Bresse:
- 800 g Lamsfilet
- 1 teentje knoflook
- 100 ml witte wijn
- 150 ml slagroom
- 2 eetl. vleeesjus
- zout
- peper
- 2 sjalotjes
- tijmpoeder
- 80 g boter
- 250 g morilles
- peterselie

Hongaarse sperzieboontjes:
- 750 g haricots verts
- 1 potje yoghurt
- paprikapoeder
- zout
- peper
- bieslook
- 3 eetl. slagroom
- 150 g gekookte ham

Lucifer aardappels:
- 750 g aardappelen

Bereidingswijze:

Lamsfilet uit Bresse:

Schil de knoflook, snij het teentje in de lengte in vieren en steek de stukjes knoflook in de uiteinde van het vlees. Was wat peterselie en hak die fijn. Schil de sjalotjes en hak ze fijn. Geef zout, peper en wat tijmpoeder over het vlees. Verhit 50 gram boter in een pan. Bak hierin de filet op niet te hoog vuur in 15 minuten. Bedruip het vlees af en toe met enkele lepels wijn. Het vlees moet gedurende de hele braadtijd bruiner worden, zonder dat het te bruin wordt.
Maak ondertussen de morilles schoon. Snij ze in plakjes en stoof ze gedurende 10 minuten in de rest van de boter in een gesloten pan.
Als het vlees 12 minuten heeft gebraden voegen we de morilles met hun kooknat erbij, controleren de smaak en geven er eventueel zout en flink peper bij.
Haal het vlees uit de pan. Leg het op een voorverwarmde schaal en houd het warm. Voeg de vleesjus bij de morilles en dan de slagroom. Roer totdat de room dikker wordt. Omring de filet met garnituur, geef er peterselie over en serveer.

Hongaarse sperzieboontjes:

Was en hak de bieslook fijn. Maak de haricots verts schoon en haal er de topjes vanaf. Breng een grote pan met water aan de kook. Geef hierin de haricots verts zonder dat het water van de kook

raakt. Kook ze 12 a 14 minuten. Snij de ham in blokjes. Giet de boontjes af en meng er de ham door. Geef een kleine eetlepel paprikapoeder bij de slagroom, meng het en schenk het over de boontjes. Verwarm het nu weer enkele minuten. Schenk er dan de yoghurt over en meng deze er op het vuur snel door. Schenk het mengsel in een voorverwarmde dienschaal, strooi er bieslook over en serveer.

Lucifer aardappels:
Schil de aardappels en snij ze in stokjes zo groot als een lucifer. Was de stokjes in koud water en laat ze drogen op een doek. Zorg voor een friteuse van 175 graden. Bak hierin de aardappeltjes enkele minuten totdat ze licht gekleurd zijn. Laat ze goed uitlekken, strooi er wat zout over en serveer.