

Ingrediënten

BENODIGDHEDEN:

een ovenvaste stoofpot met deksel

INGREDIËNTEN

klontje boter

1 koffielepel graanmosterd

1 dl rode porto

2 blaadjes laurier

4 takjes salie

2 uien

1 kg kalfsgebraad + een lapje spekvet

peper

zout



**DAGELIJKSE
KOST**

Recept

- 1 Verwarm de oven voor tot 180°C.
- 2 Pel de uien, snij ze eerst overlangs in twee en daarna in fijne halve ringen.
- 3 Smelt een klont boter in een stoofpot op een matig vuur.
- 4 Kruid het kalfsgebraad met voldoende peper van de molen en wat zout.
- 5 Leg het stuk mager vlees in de bruisende boter. Laat het gebrad even korsten en draai het na 2 minuten om.
- 6 Strooi de halve uiringen rondom het kalfsvlees en laat de ommezijde van het vlees in een paar minuten goudbruin kleuren.
- 7 Zet het vuur vervolgens zachter en schep het gebrad even uit de pot. Verdeel de uiringen gelijkmatig over de bodem. Leg het kalfsvlees bovenop de uien en leg het lapje spek bovenop het gebrad. (Het 'bedje' van uien zal verhinderen dat het vlees aanbakt.)
- 8 Snij de stelen van de takjes salie in grove stukjes en doe ze in de pot. Bewaar de blaadjes voor later. Voeg ook wat laurier toe.
- 9 Plaats het deksel bovenop de pot en schuif hem in de voorverwarmde oven van 180 °C. Reken een gaartijd van 25 minuten per kilogram vlees. (bv. 1,5 kg gebrad gaat dan zo'n 37 minuten)
- 10 Spoel de fijne wortelen en snij het loof eraf. Schil ze en zet je mes vervolgens haaks op de wortelen. Snij elke wortel in 3 tot 4 gelijke stukken.
- 13 Schenk een bodem water in de pot tot de wortelen voor 1/3 onder staan. Zet het deksel schuin op de pot en gaar ze gedurende zo'n 15 minuten op een zacht vuur.
- 14 Schil de aardappelen en kook ze gaar in water met een snuifje zout.
- 15 Haal de pot met kalfsgebraad uit de oven en draai het stuk vlees om.
- 16 Pak het kalfsgebraad in in een vel aluminiumfolie en laat het vlees net zo lang rusten als de baktijd in de oven. (Dus 25 minuten per kilogram vlees.)
- 17 Nu heb je de handen vrij om de gebakken uiringen en de aanbaksels om te toveren in een smakelijke vleessaus.
- 18 Zet de stoofpot met gebakken ui op een matig vuur. Schenk er een flinke scheut rode porto in en roer. Laat de alcohol grotendeels wegdampen, terwijl je de aanbaksels van het vlees erin oplost.
- 19 Schep ook een beetje graanmosterd in de pot en roer.
- 20 Snij de blaadjes salie in fijne reepjes. Verwijder de uitgekookte laurierblaadjes en voeg de saliesnippers toe. Proef en kruid de saus naar smaak met peper van de molen en wat zout.
- 21 Rits de blaadjes tijm van de overgebleven takjes. Hak de blaadjes zeer fijn en strooi het groen over de stukjes beetgare wortelen.
- 22 Snij het kalfsgebraad in plakken van zo'n halve cm dik. Gebruik een vlijmscherp vleesmes en snij haaks op de vezel.
- 23 Serveer elke gast gekookte aardappelen, wortelen met verse tijm en een paar plakjes kalfsvlees. Werk de borden af met een lepeltje saus.

Bron

TV - Dagelijkse kost - Jeroen Meus

<https://dagelijksekost.een.be/gerechten/kalfsgebraad-met-wortelen-en-saus-met-salie>

Info

2 uien snijden

Vlees (1kg) kruiden met peper en zout.

En dichtschroeien in rode gietijzeren pot (Els Willems)

Bij draaien vlees ui laten meebakken om aanbranden boter te vermijden

Vlees uit pot halen en ui omroeren. + Salie toevoegen.

Vlees terug in de pot leggen

Met deksel : 25 min oven 180°C

Ondertussen aardappelen opzetten

Diepvries erwtes en worteltjes aanstoven in boter

Wat water en onder half open deksel 15 tal min laten garen.

Kruiden met honing, salie en tijmpoeder

Champignons kuisen

Na 25 min vlees uit de pot, omkeren en in alu warm houden

Pot terug op vuur

+ 10 cl porto

+ champignons

+ iets room

+ Kruiden met : tijmpoeder, salie, look en peterselie

Fotos

