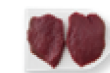




Hertenbiefstuk met romige sjalottensaus en cranberrychutney met aardappelpuree, basilicum, amandelen, spruitjes en witloof

Premium

Totale tijd: 30 - 40 min.



Hertenbiefstuk



Aardappelen



Pastinaak



Sjalot



Spruiten



Witloof



Room



Vers basilicum



Cranberrychutney



Gezouten amandelen



Speciaal ingrediënt in je box! Het wildseizoen is weer van start: geniet van deze malse hertenbiefstuk. Een ambachtelijk en mager stukje vlees met een milde wildsmaak. Wat vond je van dit ingrediënt? Scan de QR-code en laat het ons weten.



Klaar om te koken?

Bekijk de houdbaarheid van de verse ingrediënten en bepaal welke maaltijd je als eerste kookt. Was daarna groenten en fruit en weeg af. Zie onderstaande tabel voor de benodigde hoeveelheid van elk ingrediënt.

Benodigdheden

Aluminiumfolie, sauteerpan met deksel, pot met deksel, aardappelstamper, pan

Ingrediënten voor 1 - 6 personen

	1p	2p	3p	4p	5p	6p
Hertenbiefstuk* (g)	120	240	360	480	600	720
Aardappelen (g)	100	200	300	400	500	600
Pastinaak* (stuk(s))	½	1	2	2	3	3
Sjalot (stuk(s))	1	2	3	4	5	6
Spruiten* (g)	150	300	450	600	750	900
Witloof* (stuk(s))	½	1	1	2	2	3
Room* (ml)	50	100	150	200	250	300
Vers basilicum* (g)	5	10	15	20	25	30
Cranberrychutney* (g)	20	40	60	80	100	120
Gezouten amandelen (g)	10	20	30	40	50	60
Zelf toevoegen						
Olijfolie (el)	1	2	3	4	5	6
[Plantaardige] boter (el)	½	1	1½	2	2½	3
Mosterd (tl)	1	2	3	4	5	6
Zoutarm runderbouillonblokje (stuk(s))	¼	½	¾	1	1¼	1½
Water voor saus (el)	1	2	3	4	5	6
Peper en zout	naar smaak					
* in de koelkast bewaren						

Voedingswaarden

	Per portie	Per 100g
Energie (kJ/kcal)	3837 /917	507 /121
Vetten (g)	48	6
Waarvan verzadigd (g)	17,4	2,3
Koolhydraten (g)	59	8
Waarvan suikers (g)	24	3,2
Vezels (g)	17	2
Eiwit (g)	38	5
Zout (g)	2	0,3

Allergenen

Lees altijd de productinformatie op de etiketten voor de meest recente informatie over allergenen.



Voorbereiden

- Haal de biefstuk uit de koelkast en laat op kamertemperatuur komen.
- Breng water aan de kook in een pot voor de aardappelen en pastinaak.
- Schil de aardappelen en pastinaak en snijd in grove stukken.
- Kook 8 - 11 minuten, giet daarna af en laat afgedekt staan.



Saus maken

- Voeg de mosterd, de aangegeven hoeveelheid water voor de saus en de helft van de room toe aan de sjalot.
- Verkruimel het bouillonblokje erboven.
- Meng goed en laat 1 - 2 minuten indikken op middelhoog vuur.



Spruiten bakken

- Halveer de spruiten. Halveer de witloof in de lengte.
- Verhit een scheutje olijfolie in een diepe pan op middelhoog vuur en bak de spruiten 4 - 5 minuten.
- Voeg een klein klontje boter toe en bak de witloof op de snijkant 2 - 4 minuten.
- Draai de witloof om en bak 2 minuten verder.



Aardappelen stampen

- Stamp met een aardappelstamper de aardappelen, pastinaak, de overige room en wat mosterd naar smaak tot een puree. Breng op smaak met peper en zout.
- Snijd ondertussen het basilicum fijn.
- Hak de amandelen grof.



Sjalot snijden

- Snijd de sjalot in halve ringen.
- Verhit een scheutje olijfolie in een pan op middelhoog vuur en bak de sjalot 1 minuut.
- Voeg een klein klontje boter toe en laat smelten. Bak de biefstuk 3 - 4 minuten per kant, of tot de gewenste gaarheid.
- Haal de biefstuk uit de pan en laat rusten onder aluminiumfolie.



Serveren

- Verdeel de puree over de borden. Leg de groenten en de biefstuk ernaast.
- Verdeel de saus en de cranberrychutney over de biefstuk.
- Garneer de puree met het basilicum.
- Bestrooi met de amandelen.

Eet smakelijk!