

Lamskoteletjes met gestoofde zomergroenten

Den en Heuvel - Kasterlee

Den en Heuvel

Geelsebaan 72-74 - B-2460 Kasterlee

tel: 014 85 04 97

info@denenheuvel.be

www.denenheuvel.be

Lamskoteletjes met gestoomde zomergroenten

Ingrediënten (2 pers.)

1 lamskroon	L1010
1 teentje look	
100 g snijboontjes	
50 g tuinboontjes	
100 g erwten	
1/2 ui, gesnipperd	
peper en zout	
1 tomaat, ontpit	
30 cl lamsfond	O505
1/3 courgette	
1/3 aubergine	
1/2 paprika	
verse tijm, rozemarijn en laurierblad	
200 g aardappelen, vastkokend in de schil	

Bereiding:

Lamkroontje ontdoen van vlies en vet.
Lamkroontje besteken met look en kruiden met peper en zout.

Het vlees aanbakken in hete boter en laten kleuren, ± 5 min. laten garen in oven van 200°C, daarna uit de pan nemen en even laten rusten onder aluminiumfolie.

Voor de saus: vlees uit de pan nemen, braadjuis weggieten en deglaceren met lamsfond, even laten doorkoken, beetje binden met bruine roux en verse dragon toevoegen.

Groene groenten: Ui laten fruiten in beetje boter, daarna de vooraf even geblancheerde tuinboon, erwten en snijboon toevoegen. Kruiden met peper en zout, even laten stoven (niet te lang om de groene kleur te behouden).

Aardappelen: de vooraf gekookte vastkokende aardappelen in de schil in schijfjes van ± 0,5cm snijden en aanbakken in olijfolie

Ratatouille: de courgette, aubergine en paprika in brunoise van ± 4 mm snijden, deze stoven in hete olijfolie en tomaat concasse toevoegen, teentje knoflook toevoegen en kruiden met peper en zout.

Laurierblad, beetje tijm en rozemarijn toevoegen.

Alles op het bord dresserend, smakelijk!



In de groene Antwerpse Kempen, ligt de toonaangevende zaak "Den en Heuvel": hotel, restaurant, brasserie en traiteurdienst onder één dak.

Men kan er terecht voor conferenties, feesten, lunches en diners.

Frédéric Peeters en Sofie van den Boom combineren een persoonlijke stijl met een professionele service. Voor elk seizoen worden een aantal boeiende arrangementen aangeboden.



ref. L1010
Lamskroon

ref. O505
Glaze van lams



Frédéric Peeters: "De veelzijdigheid van onze zaak is vanzelfsprekend ook in onze bereidingen terug te vinden. Voor ons is dus een uitgebreide keuze aan ingrediënten van essentieel belang.

Het gamma van Geyskens Delikatessen vult onze noden perfect in."