

Kalfsoester



Hoofdgerecht

Vlees

4 personen

Land: Holland

Bereidingstijd: 30 min.

Seizoen: mei - juni



Ingrediënten

- 500 gram witte asperges
- 200 gram peultjes
- 200 gram verse, gedopte doperwten (of diepvriesdoperwten)
- 15 gram boter
- 1 sjalot, zeer fijn gesnipperd
- 100 ml cognac (slijter)
- 1 pot vleesfond (380 ml)
- 250 ml slagroom
- 2 el groene peperkorrels (uit een potje)
- 25 gram geklaarde boter of bakboter

- 4 kalfsoesters van 150 g
- zout
- peper

Bereidingswijze

1. Snijd een stuk van de onderkant van de geschilde asperges. Maak de peultjes schoon. Laat de diepvriesdoperwten ontdooien. Spoel de peperkorrels af.
2. Smelt de boter in een steelpan en fruit de sjalot 2 minuten op laag vuur. Voeg de cognac en fond toe en breng alles aan de kook. Laat het vocht op matig hoog vuur inkoken tot 1/4. Roer de slagroom door het vocht en kook alles in tot een lichtgebonden saus. Breng de saus op smaak met peper en zout. Laat de saus afkoelen en bewaar hem tot gebruik in de koelkast.
3. Kook de asperges in iets gezouten water in circa 15 minuten *nét* gaar. Doe na 7 minuten de peultjes bij de asperges in de pan en kook deze mee. Kook de doperwten de laatste 5 minuten mee.
4. Verhit de boter in een koekenpan en bak de kalfsoester 1,5 minuut aan elke kant. De juiste baktijd hangt af van de dikte van de kalfsoesters. Bestrooi het vlees met zout en peper en doe ze ongeveer 8 minuten op een bakplaat in een voorverwarmde oven van 185 graden om ze rosé te garen.
5. Roer de groene peperkorrels door de saus en verwarm de saus weer in een steelpan. Of schenk de saus in de pan waarin het vlees is gebakken en verwarm de saus al roerend, zodat ook de smaak van het vlees in de saus wordt opgenomen. Verdeel de uitgelekte groenten over de borden. Leg op elk bord een kalfsoester en giet de saus over het vlees.

Tenslotte

De kalfsoester (medaillon de veau) is een plakje van de kalfshaas of van de bovenbil (biefstukdeel) en wordt snel om en om gebakken. Kalfsbiefstukjes worden meestal op een gewicht van 150 gram gesneden. De kalfsoester is dus dikker gesneden dan de kalfsbiefstuk. Voor het bakken kunnen de stukjes eventueel omwikkeld worden met een plakje spek dat vastgezet wordt met een touwtje. Het product blijft door het opbinden tijdens het bakken mooi hoog. Ook heel lekker is **Kalfsoester met Emmentaler**. Vier kalfsoesters inwrijven met zout en peper. In koekenpan geklaarde boter verhitten. Vlees in ongeveer 3 min. lichtbruin en rosé bakken. Halverwege keren. Intussen schaal voorverwarmen. In kopje 1/2 el maïzena met 1 el koud water tot glad papje roeren. Een plak Emmentaler kaas van 50 gram ontkorsten en in vieren delen. Op het vlees leggen. Deksel op pan leggen en in ongeveer 1 min. kaas beetje laten smelten. Vlees met kaas op warme schaal scheppen. Beetje peper erboven malen. Deksel van pan erop leggen en warm houden. Bakvet afgieten. Aan bakresten 1 dl heet water en 2 el cognac toevoegen. Aanbaksels losroeren. Al roerende maïzenapapje toevoegen. Blijven roeren tot licht gebonden saus. Vier eetlepel saus rondom vlees scheppen. Rest overdoen in sauskom. Lekker met patates frites en krop sla met tomaat.