

Schouderkarbonade



Hoofdgerecht

Vlees

4 personen

Land: Holland

Bereidingstijd: Wachtijd: 60 min. Bereiding: 15 min.

Seizoen: het hele jaar door



Ingrediënten

- 4 schouderkarbonades
- zout en peper
- olijfolie of boter
- 1/2 glas witte wijn of rode wijn
- 1 el grove mosterd

Bereidingswijze

1. Wie tijd heeft, smeert de karbonaadjes in met mosterd en zet ze een tijd weg.
2. Veeg de meeste mosterd er voor het bakken af. Je kunt hem rustig verderop in het gerecht gebruiken, zolang je de saus maar een momentje doorkookt. Zout de karbonaadjes en bak ze in de olijfolie of boter aan beide zijden tot ze gaar zijn. Dat duurt een minuut of tien totaal. Haal ze uit de pan, blus af met het scheutje wijn en

laat dat een minuut bubbelen. Roer er dan de mosterd door, leg de karbonaden terug in de pan en warm nog even goed door, De saus zal niet mooi glad zijn, maar dat geeft niks. Let op: bij te lang verhitten verdwijnt de smaak van de mosterd. In plaats van witte wijn werkt rode ook heel goed. Wel lekker een minuutje laten pruttelen op niet te hoog vuur, anders smaakt de saus bitter..

Tenslotte

Voor een oosters gerecht maak je **Schouderkarbonade met gember en rode ui**: zout de karbonaden en wrijf ze in met een tl volkomen tot pulp gehakte gember. Zet even weg. Snijd 3 rode uien in de lengte doormidden en dan in dunne plakken. Fruit ze op halfhoog vuur samen met 4 cm gember in plakjes in een drup olie onder een deksel tot ze zacht zijn. Doe er 1 tl vissaus bij, 1 tl peper en wat zout. Bak de karbonaden in een drup olie net aan gaar, in een minuut of 3 per kant. Schep het ui-gembermengsel erover. Voor **Schouderkarbonade met knoflookcrème** moet je erg veel knoflook gebruiken, maar door de bereidingswijze weet dan dat je na het eten van dit gerecht morgen weer vol vertrouwen de collega's in het gezicht kunt ademen. Pel 2 à 3 bollen knoflook niet. Zet de teentjes in water op. Laat vijf minuten koken en giet ze dan af. Schenk er nieuw water op en laat ze opnieuw koken, ditmaal tien minuten. Giet ze weer af. Wurm de knoflook uit de velletjes, prak fijn in een kom of bord, meng met 2 el room tot een smeuijge massa en breng op smaak met zout. Verhit een grillpan, smeer de karbonaadjes in met olijfolie en grill ze. Bakken in de koekenpan gaat natuurlijk ook. Bestrooi met zout en peper en eet met de knoflookcrème. In Italië doen ze het soms zo:

Schouderkarbonade met kruidenpanade. Karbonades bestrooien met zout en peper. Korstjes van 6 sneetjes oud witbrood snijden. Brood in keukenmachine of met mixer fijnmalen. Drie el Italiaanse kruiden erdoor scheppen. In diep bord 2 eieren loskloppen. Op plat bord broodkruim strooien. Karbonades eerst door ei halen. dan door broodkruim wentelen. zodat alle kanten bedekt zijn met broodkruim. In koekenpan 4 el olie en 2 el boter zachtjes verhitten. Karbonades in ca. 10 à 15 minuten lichtbruin bakken. Halverwege keren. Tenslotte **Schouderkarbonade uit Frankrijk.** Verhit 1 el olie en 15 gr boter in een grote bakpan met dikke bodem op middelhoog vuur. Leg de karbonades in de pan zodra het vet heet is, strooi er ruim zout en peper over en bak ze aan een kant in 3 tot 4 minuten bruin. Keer de karbonades, bestrooi ze weer met zout en peper en bak ze nogmaals 3 tot 4 minuten. Sluit de pan met een deksel en bak de karbonades nog ongeveer 5 minuten tot ze helemaal gaar zijn. Controleer ze een keer en voeg een of twee eetlepels water toe als de karbonades aan de pan vastbakken. Leg de karbonades op een bord, en houd ze warm. Giet 1 dl water in de pan en voeg dan 2 gesnipperde sjalotten en 1 gesnipperd teentje knoflook toe. Schraap de aanbaksels van de bodem los. Kook onder voortdurend roeren 3 tot 4 minuten tot ze zacht zijn. Giet uitgelopen vocht van de karbonades weer in de pan en kook het vocht tot ongeveer de helft in zodat het wat dikker wordt. Dit duurt ongeveer 3 tot 5 minuten. Hak ondertussen 1 bosje peterselie fijn. Roer 4 in blokjes gesneden augurken door de saus en voeg dan al roerend 1 tl mosterd toe tot hij helemaal is opgenomen. Strooi de peterselie erover en giet over de karbonades, dien direct op.