

Varkensfiletlapje



Hoofdgerecht

Combi

4 personen

Land: Japan

Bereiding: 30 minuten

Seizoen: hele jaar door



Ingrediënten

- 300 g sushirijst
- 4 niet al te grote varkensfiletlapjes (1,5 cm dik)
- 2 handen panko (Japans broodkruim) + 2 el bloem
- 4 grote eieren
- 1 ui
- 1 zakje dashi (8 g, bouillonpoeder) + 100 ml mirin (zoete Japanse rijstwijn)
- 4 el Japanse sojasaus
- 1 tl basterdsuiker
- 4 lente-uitjes
- plantaardige olie

Bereidingswijze

1. Was de sushirijst in een ruime kom met water en laat uitlekken in een zeef. Doe in een pan met 400 ml vers koud water en een snuf zout. Breng aan de kook, roer goed door en laat dan met een deksel op de pan op laag vuur 10 minuten sudderen. Zet het vuur uit en laat nog 15 minuten staan, deksel vooral erop laten.
2. Doe de bloem in een diep bord, 1 losgeklopt ei in een tweede bord, de panko in een derde bord. Haal het vlees achtereenvolgens door bloem, ei en panko. Duw goed aan. Laat een laag van 1 cm olie flink heet worden in een grote koekenpan. Bak/frituur het vlees 2 minuten aan elke kant. Laat rusten op een snijplank. Snij in korte, handzame reepjes, maar hou ze bij elkaar.
3. Snij de ui in dunne halve plakjes. Doe samen met 100 ml water, dashipoeder, mirin, sojasaus en suiker in een schone koekenpan. Breng aan de kook en laat onder een deksel 15 minuten rustig sudderen tot de ui gaar is. Klop de resterende 3 eieren los in een kom, eventueel overgebleven paneer-ei mag er ook bij.
4. Til elk gesneden fileetje op met een spatel en leg in z'n geheel in de saus. Giet de losgeklopte eieren erover en laat de boel met deksel op de pan 1 minuut stollen. Schep intussen de rijst in 4 kommen. Schep het vlees erop, giet de saus erover. Bestrooi met ringetjes lente-ui en gehakte peterselie.

Tenslotte

Tonkatsu is een Japanse varkensschnitzel in een knapperig jasje. Doorgaans geserveerd met wat kool en een stroperig bruine saus, maar ook vaak bovenop een kommetje rijst met ei. In dat geval heet het dan ineens Katsudon, naar Katsu (varken) en Don (kom). Fijn comfortfood. Voor **Varkensfiletlapje met roomkaas** week je 4 cocktailprikkers in koud water. Korstjes van 1 sneetje oud witbrood snijden en brood boven kom verkruimelen. Peterselie (30 gr) en bieslook (15 gr) erboven fijn knippen. 75 gr verse roomkaas en en 2 el mosterd erdoor mengen. Pittig op smaak brengen met zout en peper. Varkensfiletlapjes vanaf de rand in de lengte insnijden. Roomkaas-vulling erin scheppen en Varkensfiletlapjes dichtsteken met cocktailprikkers. Filet bestrooien met peper en op de grillpan in ca. 10 minuten bruin en gaar roosteren, halverwege keren. Nu **Varkensfiletlapje met kruidenboter**. Snijdt uit een bakje kruidenboter 4 stukjes. Snijd in 4 varkensfiletlapjes met een scherp mes een klein 'zakje'. Vul de varkensfiletlapjes met de kruidenboter en steek de openingen dicht met 4 cocktailprikkers. Klop in een diep bord 3 eieren met wat peper en zout los. Strooi 50 gr paneermeel in een ander diep bord. Wentel de varkensfiletlapjes eerst door het ei en vervolgens door het paneermeel. Wentel de lapjes nogmaals door het ei en het paneermeel. Verhit de olie om te frituren tot ca. 170°C. Frituur de varkensfiletlapjes in 7 min goudbruin en gaar. Laat ze op een dubbele laag keukenpapier goed uitlekken. Voor **Varkensfilet met mierikswortelsaus** voor **2** personen smeer je 2 varkensfiletlapjes in met een ½ el mierikswortel en bestrooi met zout en peper. 1 el van mierikswortel door 2 el mayonaise of yogonaise roeren. In koekenpan 1 ½ el boter verhitten en vlees in ca. 12 minuten goudbruin bakken, halverwege keren. Serveer de varkensfiletlapjes met de mierikswortelsaus.