

Lentelamsbout met knoflooksaus (6 personen)

Bereiden: 15 minuten

In de oven: ± 45-60 minuten

Nodig:

1 lamsbout zonder bot (± 2 kilo)
door de slager opengesneden tot lap

1/2 citroen (alleen rasp)

handvol platte peterselie

handvol muntblaadjes

3 lente-uitjes

50 g boter

Scheut olijfolie

Zout & peper uit de molen

Saus:

6 knoflooktenen

1 dl witte wijn

1 dl bouillon

(kip/mund/groente oid)

175 ml crème fraîche



Doen:

Verwarm de oven voor op 175°C. Bestrooi het vlees met zout & peper. Strooi de grofgehakte peterselie en munt erover. Rasp met een fijne rasp de schil van de citroen (alleen het geel) erboven. Snij de lenteui in 6 stukken en leg overdwars op het vlees. Klap het vlees dicht en bind goed vast met rolladetouw - dat hoeft niet netjes.

TIP!



Smelt boter en olijfolie in een braadpan en laat even uitbruisen. Braad

het vlees op hoog vuur dan alle kanten even bruin aan. Steek de kernthermometer in het vlees zet de temperatuur op 50°. Haal de knoflooktenen los van de bol maar pel ze niet. Leg ze naast het vlees. Doe het deksel op de pan en zet de pan in de oven.

Afwerking: Haal het vlees uit de pan bij 50° (Piep! piep!), verpak in aluminiumfolie en laat op een warme plek bij het fornuis rusten. Vis de knoflooktenen uit de pan en lepel het teveel aan vet eruit. Snij de knoflook in en knijp de puree eruit. Doe die terug in de pan

en zet op het vuur. Blus af met wijn.

Voeg bouillon en crème fraîche toe en klop met een garde tot een mooie lichtbruine saus. Laat kort even pruttelen.

Serveren: Snij het vlees in plakken (het valt uit elkaar maar dat is niet erg!), serveer de saus in een kom erbij. Lekker met gewokte spinazie & gebakken aardappels

Meer saus?
bouillon erbij!

Saus schift?

Stoafmixer erop!



TIP! Minicursus Groot Lamsvlees

Wanneer rosé? Hangt af van het gewicht
 Cnb: dit recept kan ook al voor 2 personen met 400g vlees!
 en hoe plat (dijk je opgebonden stuk is. Hoe dunner, hoe sneller gaar.
 Ideaal = (digitale) kernthermometer.
 Lam = 54° → maar had 'm uit de pan bij 50, hij gaart nog na. Vlees sneller klaar dan gedacht? Geen probleem. Bewoan wat langer laten rusten in aluminiumfolie op een warme plek, dat kan best 15-30 min.