

INGREDIËNTEN	PORTIE GEWICHT KG/LT	GEPLAND RECEPT KG/LT	SAMENSTELLING % VAN HET RECEPT
STAP 1:	0,000	0,000	0,00%
GEHAKT KALFS	0,500	0,170	17,01%
YOGHURT VOL	0,100	0,034	3,40%
STAP 2:	0,000	0,000	0,00%
KALF KALFSBLANKET	0,800	0,272	27,21%
YOGHURT VOL	0,350	0,119	11,90%
STAP 3:	0,000	0,000	0,00%
OLIE OLIJFOLIE BAKKEN	0,010	0,003	0,34%
UIEN WIT	0,200	0,068	6,80%
KNOFLOOK	0,005	0,002	0,17%
WIJN WIT KEUKEN	0,200	0,068	6,80%
ROOM MG 40%	0,200	0,068	6,80%
KALFSJUS GEBONDEN POEDER	0,020	0,007	0,68%
STAP 4:	0,000	0,000	0,00%
MAIZENA	0,005	0,002	0,17%
STAP 5:	0,000	0,000	0,00%
CHAMPIGNONS BRUIN	0,500	0,170	17,01%
AFWERKING:	0,000	0,000	0,00%
BOTER KEUKEN ONGEZOUTEN	0,050	0,017	1,70%
TOTAAL	2,940	1,000	100%

ALLERGENEN: MELK - SULFIET - GLUTEN (TARWE) -

WERKWIJZE

- Stap 1: meng het gehakt met 100 gr yoghurt en maak er balletjes van
- Kook de balletjes in licht gezouten water en bewaar ze apart
- Stap 2: marineer het kalfsblanketvlees minimaal 2 uur met 350 gr yoghurt. Haal het vlees uit de marinade en kleur het vlees onder de grill (bewaar de marinade voor de saus)
- Stap 3: bak de fijngesneden ui, de knoflook gaar. Voeg er de wijn, room, overige marinade en kalfsjus aan toe. laat verder garen in de oven op 150 gr (ongeveer 1 uur). Check de gaarheid en de binding van je saus
- Stap 4: bak de grof gesneden champignons aan op een hoog vuur en bewaar ze apart (bak ze in kleine hoeveelheden)
- Stap 5: als het vlees zacht is werken we het gerecht af door de balletjes en de champignons eronder te mengen. Check de binding en bind eventueel bij met maizena die je vooraf oplost in water. Werk af met een paar klontjes boter en kruid af.

OPMERKINGEN

Je kan de saus afwerken met veel verse kruiden.

Het zou kunnen dat de saus kleine witte puntjes vertoont of lichtjes geschift lijkt. Om dit op te lossen kan je de saus even mixen.

Om de champignonsmaak nog op te tillen kan er je een kleine hoeveelheid gedroogde champignons aan toevoegen als het recept in de oven gaat.

De inspiratie van deze bereiding komt van de zeer populaire "butterd chicken" uit India.

