



Kalfsvlees met rode kool en gebakken aardappelen

Ingrediënten

Kalfsvlees met been (Turkse slager)

boter

zout en peper

rode kool (zie recept)

appel (cox orange of goudrenet), boter

koekkruiden: kaneel, kardemom, kruidnagel, nootmuskaat, laurier

Zout en peper

citroen of limoen

Balsamico azijn

kandijsuiker

vastkokende aardappelen

olijfolie (spray Bertolli)

Italiaanse kruiden

Bereiding

Begin met de bereiding van rode kool (zie recept)

Het vlees kruiden en bakken in hete boter. Zorg er wel voor dat de kern van het vlees een temperatuur heeft van 65 graden.

Aardappelen gelijkmatig snijden (niet te klein), mengen met wat olie, Italiaanse kruiden, zout en peper en 14 minuten bakken in de airfryer op 190 graden.

Het vlees van het bot snijden.

Notities

Kalfsvlees van een Halal slagerij wordt niet altijd op dezelfde manier versneden zoals wij gewend zijn. Onregelmatiger en met wat meer bot aan. Het heeft dan een wat onhandige vorm op borden te schikken. Ik snijd het vlees dan ook na de bereiding van het bot.

Voor dit gerecht heb ik de rode kool in de Tefal Multicooker gemaakt, programma Simmer veg 12 minuten. De samenstelling blijft hetzelfde als bij de gewone bereiding.

De aardappels bak ik meestal in de airfryer, wil je ze ij de

pan bakken, dan is het raadzaam om ze eerst half gaar te koken.

Foto's

