

Potage Parmentier

Onderstaande recept is voor een royale pan soep, je kan hem naar wens verkleinen door minder prei/aardappel te gebruiken en vocht aan te passen.

- 500 gram kruimige aardappelen
- 500 gram witte delen van de prei
- 1 - 2 liter water
- peterselie om te garneren
- 50 gram boter
- 50-100 cc slagroom

Dit recept kan je ook als basis gebruiken en door het toevoegen van extra ingredienten er een luxure soep van te maken. Denk aan bijvoorbeeld bloemkool, brocolli of worteltjes. Vandaag maken we de basis.

Een soep als deze, dankzij de aardappelen rijk aan zetmeel is een dag later mooier van smaak doordat deze de tijd heeft gehad om zich te verdelen.

Hoe maak je de soep?

- snij het witte deel van de prei in dunne ringen (groene delen in de vriezer)
- smelt een beetje boter in een pan
- zet de prei hier in aan en draai het gas laag.
- schil aardappelen en snij deze in kleinere blokjes
- voeg water toe en laat rustig aan de kook komen
- als aardappelen gaar zijn de boel pureren met de staafmixer
- soepel maken met boter
- op kleur maken met de slagroom
- garneer met peterselie en een draai zwarte peper.

Boeuf Bourguignon

Ingrediënten

- 150 tot 200 gram spek
- 1200 gram runderstoof vlees, riblap of een ander mager deel
- 1 grote winterwortel
- 1 grote ui
- 500-600 cc runderbouillon (van een blokje)
- eetlepel tomatenpuree (uit een tube doseert handiger)
- 2 tenen knoflook
- verse tijm (aanwezig)
- laurier (aanwezig)
- 20-24 zilveruitjes, soms zijn ze vers te krijgen, anders een pot
- 500 gram champignons, kleintjes als je ze kan vinden

Handelingen

- snij het spek in reepjes, laat ze 10 minuten sudderen in een bodempje water
- afgieten en drogen
- laat de pan op temperatuur komen en bruin ondertussen de spekjes op gematigd vuur
- mise en place: snij uien in ringen, wortels in schijven en vlees in blokken; droog het vlees.
- verwarm oven tot 250 graden
- verhit de pan opnieuw, goed heet.
- braad de blokjes zodat het rondom mooi bruin is, doe telkens een beetje in de pan zodat temperatuur niet zakt, bruining vind alleen plaats boven de 160 graden!
- als alle vlees gedaan is zet je de groenten aan in hetzelfde vet in de pan
- vlees kan daarna bij de groenten, voeg peper en zout toe en bedek het vlees met een laagje bloem (gebruik een zeef tegen klonten)
- zet de pan 4 minuten in de oven
- meng alle ingrediënten
- zet de pan nogmaals 4 minuten in de oven
- daarna kan de oven terug naar 160 graden
- voeg nu wijn en bouillon toe zodat het geheel net onder staat.
- voeg tijm, laurier, knoflook en tomatenpuree toe
- Julia zet nu de pan 4 uur in de oven op 160 graden, wij hebben alternatieven
- Zet de uitjes en champignons aan in een koekenpan met wat roomboter, bak totdat ze gaar zijn, als je zilveruitjes uit een potje gebruikt bak dan eerst de champignons en voeg pas later de uitjes toe.
- Giet de pan met behulp van een zeef leeg boven een sauspan
- Indien nodig de stoofpan schoonmaken en inhoud van zeef terug in de pan
- Stort hierop het uitjes/champignon mengsel
- Kook de saus in tot de gewenste dikte en voeg toe in de pan.

Lekker met puree, een gekookt aardappeltje maar ook met rijst.