

Internationale recepten met lams- en schapenvlees

Verzameld, geordend en bewerkt

door

Astrid Veltman

10 april 2003

Tenzij anders vermeld, zijn de recepten voor **vier** personen

Inhoudsopgave

- [Lamssoep met aubergine en paprika](#)
- [Griekse lamssoep met balletjes](#)
- [Voorjaarssalade met lamsham en meikaas](#)
- [Salade met lamsham](#)
- [Asperges met lamsrugfilet](#)
- [Lamsfilet met sinaasappel-knoflooksaus](#)
- [Lamsfilet met tuinbonen, gevulde aardappelnestjes en spätzle](#)
- [Oosterse lamsfilet](#)
- [Met kruiden gepaneerde lamstournedos](#)
- [Lamshaasje met jeneverbessensaus](#)
- [Lamshaasjes in kaneelsaus](#)
- [Gemarineerde lamshaasjes met witlof met kaneel en sinaasappel](#)
- [Lamsbout](#)
- [Lamsbout met basilicum, rozemarijn en knoflook](#)
- [Lamsboutplakken in gembersaus](#)
- [Gemarineerde lamsbout I](#)
- [Gemarineerde lamsbout II](#)
- [Gemarineerd lamsvlees met knoflook](#)
- [Lamsbout uit de oven](#)
- [Lamsbout uit de oven met rode wijnsaus](#)
- [Lamsbout met olijven](#)
- [Lamsbout met tijm en olijven](#)
- [Lamsbout met paddestoelen](#)
- [Lamsbout met kerrie](#)
- [Met tapenade gevulde lamsbout](#)
- [Lamsbout met broodkorst](#)
- [Lamsbout met kruidenkorst](#)
- [Zevenurige lamsbout](#)
- [Gevulde lamsbout](#)
- [Gevulde lamsboutrollade uit de oven](#)
- [Lamsboutspiesen met salsa](#)
- [Portugees lamsvlees uit Cernache](#)
- [Indische lamspot](#)
- [Gevulde lamsrollade](#)

- [Paaslam](#)
- [Lamsvlees in romige saus](#)
- [Geroosterde lamsbout](#)
- [Lamsbout in bockbiermarinade](#)
- [Geroosterde lamsbout met geroosterde aardappelen en muntsaus](#)
- [Green stuffed New Zealand lamb](#)
- [Lamsbout met rode wijnsaus, tuinbonen en aardappelterrinen](#)
- [Lamsschotel met broccoli](#)
- [Pittig gestoofd lamsvlees met broccoli](#)
- [Lamsschotel met witte bonen gestoofd in Franse wijn](#)
- [Witte bonenschotel met lamsvlees](#)
- [Gemarineerd shoarmavlees](#)
- [Rijstpilav met paprika en lamsvlees](#)
- [Lampilav](#)
- [Lamskoteletten](#)
 - [Lamsjus](#)
- [Gepaneerde lamskoteletjes met tijm](#)
- [Lamb chops](#)
- [Geroosterde lamskoteletjes met kurkuma-rijst](#)
- [Lamskoteletjes Dijon](#)
- [Lamskoteletjes met bonenfricassée](#)
- [Lamskoteletjes met gekonfijte uitjes](#)
- [Lamskoteletjes met rozemarijn](#)
- [Lamskoteletjes met rozemarijn en tomaat](#)
- [Lamskoteletten in vermoutmarinade](#)
- [Gebakken lamskoteletjes met romige tomatensaus en knoflook](#)
- [Oosterse lamskoteletten](#)
- [Lamskoteletjes met komkommer-knoflooksaus](#)
- [Oosterse lamskoteletten](#)
- [Lamskoteletten met komkommer-muntsaus](#)
- [Gegrilde lamskoteletten met citroen-dragonboter](#)
- [Taboulehsalade met lamskoteletjes en doperwtenguacamole](#)
- [Normandische lamskoteletjes](#)
- [Lamskoteletten op groenten](#)
- [Ierse lamsstoofpot](#)
- [Irish stew I](#)
- [Irish stew II](#)
- [Irish stew III](#)
- [Lamsfricandeau met aardappeldakje](#)
 - [Gebakken tomaatjes](#)
- [Stoofschotel met lamsvlees en Darjeeling thee](#)
- [Lamstongetjes uit Ierland](#)
- [Spaanse lamsstoofpot](#)
- [Stoofpotje van paprika en lamsvlees](#)
- [Lamsstoofschotel met krieltjes en peultjes](#)

- [Stoofschotel van lam](#)
- [Lamsvleesstoofpot](#)
- [Stoofschotel van Chinese kool en lamsschouder](#)
- [Romige lamssstoof](#)
- [Lamsschouder met kruiden](#)
- [In karnemelk gepocheerd lamsvlees](#)
- [Lamscurry I](#)
- [Lamscurry II](#)
- [Lamscurry III](#)
- [Lamscurry IV](#)
- [lamscurry V](#)
- [Lamscurry VI](#)
- [Lamscurry met hazelnoten](#)
- [Lamsvleeschotel 'Napolitano'](#)
- [Lamslappen](#)
- [Lamsvlees met rozijnen, gestoofd in Liefmans Goudenband](#)
- [Lamsvlees met sinaasappel-muntsaus](#)
- [Aubergine-casserole](#)
- [Bruine bonen uit de oven](#)
- [Gekruid lamsvlees met wortelen](#)
- [Röstischotel](#)
- [Rendang](#)
- [Saté kambing Madura I](#)
- [Saté kambing Madura II](#)
- [Saté uit Bali](#)
- [Saté van schapenvlees](#)
- [Saté asem manis \(zoetzure saté\)](#)
- [Saté kambing I](#)
- [Saté kambing II](#)
- [Lamsribstuk](#)
- [Lamsribstuk met kruidenkorst](#)
- [Lamsribstuk met hazelnootsaus](#)
- [Gebraden lamsribstuk](#)
- [Gebraden lamsrib met meiknolletjes, sjalottencompote en lamsjus](#)
- [Lamskroon](#)
- [Lamskarbonades met paprikaratatouille](#)
- [Geroosterde lamskarbonade](#)
- [Lamskoteletjes met knoflooksaus](#)
- [Lamskoteletten met tapenade](#)
- [Pittige lamsvleesspitjes](#)
- [Lamsschenkels in Barolowijn](#)
- [Lamsragoût met linzen](#)
- [Ragoût van lamsvlees](#)
- [Lamsragoût met abrikozen](#)
- [Lamsragoût met kerrie](#)

- [Lamsragoût met tuinkruiden](#)
- [Haggis \(eenvoudig recept\)](#)
- [Haggis I](#)
- [Haggis II](#)
- [Schapenpoten á la Marseillaise](#)
- [Kruidige lamsburgers](#)
- [Lamsworstjes aan pennen](#)
- [Balkanballen](#)
- [Gehaktbrood met pecannoten](#)
- [Lamsgehachtschotel met aardappelpuree en munt](#)
- [Moussaka met lamsgehakt](#)
- [Shepherd's pie](#)
- [Indisch lamsgehakt](#)
- [Gevulde courgettes met yoghurtsaus](#)
- [Gevulde tomaten](#)
- [Kruidig lamsgehaktbrood](#)
- [Lamsgehaktbrood met appel en havervlokken](#)
- [Oosters lamsgehaktbrood](#)
- [Bobotie \(mild gekruid lamsgehakt\)](#)
- [Lamsgehaktballen](#)

Lamssoep met aubergine en paprika

500 gr lamsboutplakken in blokjes van ± 2 cm

zout, peper

4-5 eetlepels olijfolie

2 fijngesneden rode uien

2 geperste teentjes knoflook

2 kardemompitten

een stukje pijpkaneeel

1/2 theelepel kurkuma of geelwortelpoeder

1 pot lamsfond (± 340 ml)

1 middelgrote aubergine in blokjes

4 ontvelde tomaten in stukken

2 groene paprika's in blokjes

100 gr gedroogde Franse pruimen (pruneaux) in reepjes

1/2 literblik of -pot witte bonen, uitgelekt

2 eetlepels fijngehakte verse munt

2 eetlepels fijngehakte verse peterselie

Kruid de blokjes lamsvlees met zout en peper en bak ze in de hete olijfolie bruin.

Voeg de uien, de knoflook, de kardemom, de kaneel en de kurkuma toe en bak deze al omscheppend ± 5 minuten mee.

Voeg de lamsfond en 1 liter water toe en breng alles aan de kook.

Laat de soep met het deksel op de pan ± 45 minuten zachtjes doorkoken.
Voeg dan de aubergine, de tomaten, de paprika's en de pruimen toe en laat de soep nog ± 10 minuten zachtjes koken.
Voeg de bonen toe en laat de soep door en door warm worden.
Breng de soep op smaak met zout en peper en Strooi de peterselie en de munt erover.
Serveer de soep met pitabroodjes en tahinacrème.

Tahinacrème

Maal 50 gr blanke amandelen op de fijne rasp van de foodprocessor of in een amandelmolen.

Pers 1 teen knoflook uit en meng dit met het sap van 1 citroen, de gemalen amandelen, 1 dl tahinepasta), 1 mespunt gemalen kummel en 1 theelepel suiker.

Bestrijk de pitabroodjes hiermee.

Griekse lamssoep met balletjes

Voor de bouillon:

2 eetlepels olijfolie

2 lamsschenkels á ± 250 gr

250 gr grofgesneden soepgroente

1 ui

2 teentjes knoflook

3 laurierblaadjes

1 takje verse rozemarijn (of 1 theelepel gedroogde)

1 eetlepel peperkorrels

2 in vieren gesneden tomaten

Voor de vulling:

250 gr lamsgehakt

1 eidooier

2 fijngesneden teentjes knoflook

zout en (versgemalen) peper

1 theelepel gedroogde tijm

500 gr courgettes

250 gr fijne soepgroente

1 potje Griekse yoghurt

de geraspte schil van 1 citroen

75 gr Griekse feta

Verhit de olie in een grote pan en rooster de lamsschenkels, de soepgroente, de ui en de knoflook tot ze beginnen te kleuren.

Voeg de laurier, de rozemarijn, de peperkorrels en de tomaten toe en giet er 1 1/2 liter water bij.

Laat de bouillon, zonder deksel, ± 2 uur zachtjes koken en schep er tussendoor het schuim af.

Zeef de bouillon boven een andere pan.

Maak het gehakt aan met de eidooier, de knoflook, zout, peper en de tijm en draai er ± 25 kleine balletjes van.

Snijd de courgettes in de lengte in vieren en daarna overdwers in schuine stukjes.

Breng de bouillon aan de kook, roer er de courgettes, de soepgroente en de gehaktballetjes door en laat ± 15 minuten zachtjes koken.

Roer de yoghurt los en roer er de helft van de citroenrasp door.

Maak de feta met een vork heel fijn en roer hem door de yoghurt.

Serveer de soep in voorverwarmde diepe borden en schep in elk bord een volle eetlepel yoghurt.

Leg er voor de kleur wat geraspte citroenschil op.

Lekker met Marokkaans brood.

Bestrijk het brood met wat olijfolie en bak het 5 minuten in een hete oven, zodat de korst extra krokant wordt.

In plaats van zelfgetrokken lamsbouillon kunt u 250 gr lamspoelet laten trekken in 1 liter magere runderbouillon. Zo wint u tijd en heeft u toch de smaak van het lamsvlees.

Voorjaarssalade met lamsham en meikaas

1 kleine Galiameloen of netmeloen

100 gr jonge kaas in blokjes

100 gr grofgehakte walnoten

tuinkers van 1 bakje geknipt

250 gr gesneden lamsham

250 gr gemengde sla

2 lente-uitjes in dunne ringen

2 stengels bleekselderij in kleine stukjes

4 tomaten, elk in 4 parten

Voor de dressing:

2 eetlepels dragon- of witte wijnazijn

1/2 theelepel mosterd

8 eetlepels olijfolie

1 theelepel honing

1 theelepel gedroogde munt

zout, peper

een meloenbolletjessteker

Steek met de meloenbolletjessteker bolletjes uit de meloen.

Schep de kaas, de walnoten en de tuinkers voorzichtig door elkaar.

Rol de plakjes lamsham op.

Roer voor de dressing: de azijn en de mosterd door elkaar en schenk er al roerend beetje bij beetje de olie bij.

Voeg de honing en de munt toe en breng de dressing met zout en peper op smaak.
Verdeel de sla over de borden en verdeel de lente-ui en de bleekselderij over de sla.
Leg de meloen, de lamshamrolletjes en de tomaatpartjes erop en sprenkel de dressing over de salade.
Verdeel er tenslotte het kaas-walnootmengsel over.

Salade met lamsham

1 limoen
1 eetlepel rode wijnazijn
1 theelepel pittige mosterd
4 eetlepels extra vierge olijfolie
versgemalen zout en peper
50 gr rucola
50 gr veldsla
1 bakje daikon-kers
100 gr lamsham
1 eetlepel basilicumolie

Rasp 1/2 eetlepel schil van de limoen.

Klop een dressing van de azijn, de mosterd, de olie en de limoenschil en breng op smaak met zout en peper.

Vermeng de rucola met de veldsla en knip de daikon-kers erboven.

Bestrijk één kant van de lamsham dun met basilicumolie en rol de plakjes 'nonchalant' op.

Leg ze op de salade en schenk de dressing erover.

Druppel vlak voor het serveren nog wat olie en limoensap over de salade.

Asperges met lamsrugfilet

(2 personen)

50 gr lamsafval
enkele takjes majoraan
asperge-afval (schillen enz.)
500 gr geschilde asperges
zout, peper
250 gr lamsrugfilet
30 gr boter
1 ei
Cognac of Armagnac
1 takje verse tijm
1/2 dl slagroom

Zet het lamsafval op met een liter water, een takje majoraan en het asperge-afval en laat het op laag vuur enkele uren trekken.
Laat de bouillon inkoken en zeef hem.
Laat de lamsfond afkoelen, zodat u het vet eraf kunt scheppen.
Kook de asperges met wat zout gaar.
Bestrooi de lamsfilet met zout en peper en braad het vlees in de hete boter in ± 6 minuten rondom bruin.
Verpak het vlees in aluminiumfolie en laat het rusten.
Giet het braadvet weg en blus de koekenpan met wat aspergekookvocht en de cognac.
Voeg nog een takje majoraan en tijm, enkele eetlepels lamsfond en de room toe, breng op smaak met zout en peper en zeef de saus.
Snijd de lamsfilet in plakjes en serveer die met de saus en de gekookte asperges.

Lamsfilet met sinaasappel-knoflooksaus

(2 personen)

2 perssinaasappels
4 teentjes knoflook
1 grote ui
1 theelepel tijm
1/2 theelepel rozemarijnnaaldjes
1/2 eetlepel vloeibare honing
2 theelepels mosterd
4 stukjes lamsfilet á 75 gr
zout, peper
3 eetlepels crème fraîche

Boen 1 sinaasappel goed schoon en snijd er een stukje schil af van ± 5 cm.
Snijd dit stukje in flinterdunne reepjes.
Breng de reepjes schil in een pannetje met ruim water aan de kook, laat ze 5 minuten zachtjes koken en daarna in een zeef uitlekken.
Pers de sinaasappels uit.
Pel de teentjes knoflook en snijd ze in plakjes.
Snipper de ui.
Doe het sinaasappelsap met de knoflook, de ui, de tijm, de rozemarijn, de honing en de mosterd in een steelpan en laat het geheel ± 15 minuten zachtjes koken.
Pureer de saus met een staafmixer of wrijf haar door een zeef.
Verhit de boter in een koekenpan en bak de lamsfilets in ± 4 minuten bruin en van binnen rosé.
Bestrooi ze met zout en peper.
Leg de lamsfilets op een warm bord, dek ze met aluminiumfolie af en houd ze warm.
Roer de gepureerde saus en de crème fraîche door het bakvet en laat de saus inkoken tot hij goed van dikte is.
Leg de lamsfilets op 2 warme borden, schenk de saus erover en garneer met de

reepjes sinaasappelschil.
Lekker met kastanjetaartjes.

Lamsfilet met tuinbonen, gevulde aardappelnestjes en spätzle

100 gr lamslever
100 gr lamszwezerik
1 lamsnietje
1 klein uitje
140 gr boter
120 gr bloem
1 liter lamsbouillon
3 eieren
broodkruim
1 kg tuinbonen
50 gr ontbijtspek
1 eetlepel tomatenpuree
10 gr gedroogde morilles
3 dl kalfsfond
1 eidooier
zout, peper
2 grote aardappelen
1 courgette
1 eetlepel tomatenpuree
500 gr lamsfilet

Snijd de zwezerik, de lever en de nier in kleine blokjes en bak ze samen met het gehakte uitje in 30 gr boter licht aan.

Strooi er 20 gr bloem over en fruit die al roerend enkele minuten mee.

Voeg er vervolgens een klein scheutje bouillon bij.

Laat het mengsel afkoelen, hak het heel fijn en maak er kleine balletjes van.

Haal de balletjes achtereenvolgens door een losgeklopt ei en het broodkruim en frituur ze in heet frituurvet.

Dien de balletjes op in de aardappelnestjes.

Dop de tuinbonen en blancheer ze 5 minuten in gezouten water.

Snijd het spek in kleine blokjes en bak die uit.

Warm de uitgelekte tuinbonen met de spekblokjes in het spekvet op.

Week de morilles in water en kook ze samen met de kalfsfond en 3 dl kalfsbouillon in tot er nog 3 dl vocht over is.

Klop hier 100 gr in klontjes verdeelde boter door en werk er tot slot van het vuur af de eidooier door.

Breng op smaak met zout en peper.

Houd de saus Goed warm.

Schil de aardappelen en snijd ze in dunne plakjes.

Maak van de plakjes in een speciaal hiervoor bestemde tang in heet frituurvet aardappelnestjes.

Maak voor de spätzle een beslag van 100 gr bloem, 2 eieren en de tomatenpuree.

Doe het beslag over in een spuitzak met een zeer dunne spuitpunt en spuit het voorzichtig in kokend, gezouten water.

Laat ze 1 minuut koken en spoel ze dan onder de koude kraan af.

Snijd (met een garneermesje) de schil van de courgette in dunne slierten en stoof dit samen met de spätzle in 10 gr boter.

Snijd de lamsfilet in 4 gelijke stukken en pocheer het vlees 10 minuten in de kokende lamsbouillon.

Neem het vlees uit de pan, laat het even rusten en snijd het vervolgens in heel dunne plakken.

Verdeel de lamsfilet over 4 warme borden, schep de saus op het vlees en garneer met tuinbonen, gevulde aardappelnestjes en spätzle.

Oosterse lamsfilet

1 kleine aubergine

1 kleine courgette

1 halfliterblik kikkererwten

2 fijngesneden teentjes knoflook

1 kleine koolrabi

500 gr lamsfilet in dunne plakjes

25 gr pistachenoten

2 eetlepels olie

25 gr pijnboompitten

1 verse rode peper of 4 gedroogde

1 rode ui in halve ringen

4 worteltjes

het sap van 1 limoen of citroen

allesbinder

kerrie, peper, zout

Snijd de worteltjes en de koolrabi in dikke platte reepjes en de courgette en de aubergine in gehalveerde plakken.

Blancheer de gesneden groenten 3-4 minuten in water met zout en het citroen- of limoensap.

Kruid de plakjes lamsfilet met zout, peper en kerrie en roerbak ze vervolgens met de knoflook, de rode ui en de in ringen gesneden rode peper 2-3 minuten in de hete olie.

Roerbak daarna de geblancheerde groenten op hoog vuur 1 minuut mee.

Zet het vuur laag, voeg de kikkererwten, de pijnboompitten en de pistachenoten toe en breng het pittig op smaak met zout en peper.

Bind het vocht licht met allesbinder en laat het vervolgens 1 minuut goed op temperatuur komen.

Lekker met wilde saffraanrijst en een compote van verse vijgen.

Met kruiden gepaneerde lamstournedos

600 gr lamsfilet
varkensnetvet
80 gr broodkruim
1 takje rozemarijn
1 teentje knoflook
1 eetlepel gehakte peterselie
1 ei
boter

Rol de lamsfilet als een cilinder strak in het netvet op, laat het vlees licht invriezen en snijd het in tournedos.

Hak de rozemarijn, knoflook en peterselie fijn en meng ze met het broodkruim.

Smeer de lamstournedos aan beide kanten in met losgeklopt ei, paneer ze met het kruidenpaneer en bak ze in hete boter aan beide kanten snel bruin.

Lamshaasje met jeneverbessensaus

2 uitgebeende lamslendestukken
1 liter bruine fond
3 dl madeira
4 theelepels bessengelei
4 theelepels jeneverbessen
1 eetlepel olijfolie

Verwarm de oven op 225°C.

Doe de fond met de madeira en de bessengelei in een pan met dikke bodem en kook dit mengsel op hoog vuur in tot er ± 5 dl over is.

Voeg dan 2 theelepels van de jeneverbessen toe en laat het mengsel verder tot ± 3 dl inkoken; haal de pan van het vuur en zet de saus weg.

Bestrijk de haasjes met de olijfolie, bestrooi ze met de rest van de gekneusde jeneverbessen en leg ze in een braadslee.

Braad de haasjes 12 minuten op de middelste richel van de oven.

Zet de oven dan open en laat de haasjes daarna nog 10 minuten onder in de oven staan.

Snijd elk haasje in 8 plakjes, leg die op een voorverwarmde schaal, dek ze af en houd ze warm.

Ontvet de braadjus en roer wat er overblijft door de saus.

Warm de saus door, giet een gedeelte over het vlees en geef de rest er apart in een sauskom bij..

Serveer direct.

Lamshaasjes in kaneelsaus

(2 personen)

25 gr boter

250 gr lamshaasjes (± 4 stuks)

zout, peper

1 eetlepel bloem

6 eetlepels vleesfond of runderbouillon

1 dl zoete witte wijn

4 eetlepels crème fraîche

1/2 theelepel piment

1/2 theelepel kaneel

Verhit de boter en bak, als het schuim begint weg te trekken, de lamshaasjes hierin in ± 3 minuten rondom bruin.

Bestrooi het vlees met een beetje zout en peper en neem het uit de pan.

Roer de bloem door de braadboter en laat het 1 minuut pruttelen.

Voeg al roerend de fond of bouillon, de wijn en de crème fraîche beetje bij beetje toe.

Roer de piment en de kaneel erdoor en breng de saus aan de kook.

Leg de lamshaasjes weer in de pan en laat ze in ± 3 minuten bijna gaar worden (iets rosé zijn ze het lekkerst).

Roer zo nu en dan door de saus.

Breng de saus op smaak met zout en peper.

Snijd de lamshaasjes in dikke plakken, leg ze op 2 warme borden en schep er de saus over.

Lekker met tagliatelle en een groene salade.

Gemarineerde lamshaasjes met witlof met kaneel en sinaasappel

1 sjalotje

1 teentje knoflook

1 eetlepel gehakte peterselie

1 eetlepel gehakte tijm

1 1/2 dl rode wijn

zout en versgemalen peper

8 lamshaasjes

3 eetlepels olie

Voor het witlof:

8 stronkjes witlof

20 gr roomboter

1 grote sinaasappel
kaneel
kardemom

Pel en snipper het sjalotje en de knoflook, meng deze samen met de peterselie en de tijm door de rode wijn en breng op smaak met peper.

Leg de schoongemaakte lamshaasjes in een schaal, giet de marinade erover en laat die 20 minuten intrekken.

Snijd de stronkjes witlof doormidden en haal de harde kern eruit, maar zorg dat de blaadjes aan de onderkant nog aan elkaar vastzitten.

Smelt de roomboter in een pan en bak het witlof hierin.

Pers de sinaasappel uit, snijd een stukje schil fijn en doe het sap en de schil bij het witlof.

Breng op smaak met zout, peper, kaneel en een beetje kardemom en laat nog even zachtjes door smoren.

Neem de lamshaasjes uit de marinade en dep ze droog.

Verhit de olie in een koekenpan en bak ze in 3-4 minuten rondom bruin tot ze vanbinnen mooi rosé zijn.

Giet de marinade bij het vlees en laat deze even warm worden.

Serveer het vlees met het witlof en gebakken aardappeltjes.

Lamsbout

1 lamsbout van ± 2 kg
zout, peper
2 eetlepels fijngesneden rozemarijn
knoflook en munt naar smaak
 ± 4 dl jus
2 eetlepels bloem
1 dl crème fraîche
sojasaus

Verwarm de oven voor op 175°C .

Bestrooi het vlees met zout, peper en de kruiden.

Leg het in een bakblik op het rooster van de oven en laat het in $\pm 1\frac{1}{2}$ uur gaar worden; het is dan nog rosé.

Haal het vlees uit de oven en laat het afkoelen.

Roer voor de saus de jus door het vleesnat in het bakblik.

Giet alles over in een sauspan en breng het aan de kook.

Maak een papje van de bloem met wat water en voeg dit al roerend aan de saus toe.

Doe de crème fraîche erbij, laat het op laag vuur ± 4 minuten pruttelen en breng op smaak met peper, zout en sojasaus.

Geef er aardappelen, gebakken champignons en een groente naar keuze bij.

Lamsbout met basilicum, rozemarijn en knoflook

1 flinke lamsbout met been
verse knoflook (voor een bout van 1 kg zeker 3 tenen)
veel verse basilicum
veel verse rozemarijn
zout, versgemalen zwarte peper
slagerstouw
olijfolie

Hak de kruiden heel fijn en meng ze door elkaar.

Leg de lamsbout open, zodat hij als een rollade weer dicht kan.

Wrijf de binnenkant van de bout goed met zout in, strooi er zwarte peper over en wrijf het vlees daarna in met de versgehakte kruiden.

Maak de bout dicht en vind hem op, zodat de oorspronkelijke vorm van de bout weer terugkomt.

Verwarm de oven voor op 200°C.

Leg de lamsbout op een bakplaat en besprenkel hem met olijfolie.

Bak de lamsbout 30 minuten per 500 gram.

Lekker met tagliatelle, sla en bijvoorbeeld roergebakken worteltjes met basilicum.

Lamsboutplakken in gembersaus

(2 personen)

2 lamsboutplakken (400 gr)

zout, peper

2 teentjes knoflook

6 eetlepels gembersaus

2 eetlepels ketjap

6 eetlepels olie

Doe het vlees in een plastic zak en giet er de gembersaus en de ketjap in.

Voeg peper, zout toe.

Pel de teentjes knoflook, snijd ze klein, voeg ze bij het vlees en knoop de zak goed dicht.

Wrijf de marinade goed in het vlees, laat het 2 uur staan, "kneed" af en toe nog eens goed en neem het vlees dan uit de zak.

Verhit de olie en bak het vlees in ± 10 minuten rondom aan.

Neem het vlees uit de pan, doe de helft van het bakvet weg en roer de marinade door de andere helft.

Voeg voor een lekkere jus eventueel wat kooknat van groenten toe.

Leg het vlees op een schaal en schenk de jus erover.

Gemarineerde lamsbout I

6 eetlepels olie
6 eetlepels whisky
4 eetlepels citroensap
2 teentjes knoflook
2 theelepels bruine basterdsuiker
1 mespunt dragon
1 mespunt rozemarijn
1 mespunt marjolein
750 gr lamsbout zonder bot
50 gr boter

Pel voor de marinade de teentjes knoflook en pers ze uit.

Roer de overige ingrediënten en de knoflook door elkaar.

Leg de lamsbout in een schaal, schenk de marinade erover en laat het vlees (afgedekt) 2-3 uur marineren.

Keer het vlees af en toe.

Verhit de boter in een braadpan en bak het vlees snel om en om bruin.

Neem het vlees uit de pan en leg het op een druipschaal in een passende ovenvaste schaal.

Dek het vlees met aluminiumfolie af en laat het, alvorens het aan te snijden, tenminste 5 minuten staan.

.

Gemarineerde lamsbout II

1 lamsbout (± 800 gr)
peterselie
rode wijn
ui
tijm
zout
cognac
kruidnagels
laurierblad
peperkorrels
boter
bloem

Leg de lamsbout in een passende schotel, begiet hem met rode wijn, voeg de kruiden en zout toe en laat het vlees 3 dagen marineren. Keer het tijdens het marineren

regelmatig.

Neem het uit de marinade, droog het af en bak het in hete boter rondom bruin.

Giet er wat gezeefde marinade bij en laat de bout $\pm$ 2 uur stoven.

Voeg tot slot een flinke scheut cognac toe en bind de jus met aangemaakte bloem.

Snijd het vlees in dikke plakken van de bout, leg ze weer in model en dien ze op een voorverwarmde schotel op.

Serveer met cranberries en abrikozen uit blik en geef de saus er apart bij.

Gemarineerd lamsvlees met knoflook

250 gr lamsboutlapjes

1 teentje knoflook

1/2 eetlepel Italiaanse kruiden

1 dl witte wijn

zout, peper

Snijd de lamsboutlapjes in heel dunne plakjes.

Meng de wijn met het fijngeperste teentje knoflook, de Italiaanse kruiden, een snufje zout en een snufje peper en marineer het lamsvlees minstens 45 minuten in deze marinade.

Dep het vlees daarna droog en leg het op een schaal.

Verhit per persoon wat boter in een gourmetpannetje en bak er wat van het lamsvlees in.

Lamsbout uit de oven

(2 personen)

2 sneetjes oud witbrood

1 theelepel gemberpoeder

1 theelepel gemalen koriander

1/2 theelepel gemalen komijn

2 eetlepels sinaasappelsap

2 eetlepels (olijf)olie

zout, peper

1 lamsbout zonder bot ($\pm$ 400 gr)

1/2 eetlepel olie om in te vetten

Snijd de korstjes van het brood en snijd het brood in blokjes.

Pureer in een keukenmachine het brood met het gemberpoeder, de koriander, de komijn, het sinaasappelsap, de olie, zout en peper tot een glad mengsel.

Vet een schaal in.

Dep de lamsbout met keukenpapier droog en leg hem in de schaal.

Verdeel het broodmengsel over de boven- en de zijanten van de lamsbout en druk

het stevig aan.

Dek de schaal met aluminiumfolie af en zet hem tot gebruik in de koelkast.

Neem de lamsbout $\pm$ 1 uur voor gebruik uit de koelkast.

Verwarm de oven voor op 225°C of gasovenstand 5 en laat de lamsbout afgedekt met aluminiumfolie in het midden van de oven in $\pm$ 55 minuten gaar worden.

Verwijder het folie en laat de lamsbout in nog $\pm$ 5 minuten bruin worden.

Schakel de oven uit en laat de lamsbout met de ovendeur op een kier 5-10 minuten rusten.

Snijd de lamsbout met een scherp mes in plakken.

Serveer met gebakken aardappeltjes en peultjes met worteltjes.

Lamsbout uit de oven met rode wijnsaus

1 1/2 kg lamsbout

3 dl rode wijn

1 teentje knoflook

3 dl bouillon

50 gr gesmolten boter

1 eetlepel maïzena

3 uien

zout

4 ontvelde tomaten

peper

4 takjes peterselie

tijm

Maak met de punt van een scherp mes een aantal inkepingen in de lamsbout en steek hier de reepjes knoflook in.

Bestrooi het vlees met wat zout, peper en tijm en wrijf alles goed in.

Leg het vlees in de braadslede en schenk er de gesmolten boter over.

Leg de in parten gesneden ui en tomaat en de takje peterselie rond het vlees.

Braad de lamsbout $\pm$ 2 uur in een op 200°C voorverwarmde oven.

Bedruip het vlees tijdens het braden regelmatig met het braadvocht.

Schenk de rode wijn en de bouillon na $\pm$ 1 uur bij het vlees in de braadslede.

Haal het vlees na de braadtijd uit de braadslede en houd het warm.

Schenk het braadvocht in een pannetje en breng het aan de kook.

Maak de maïzena aan met water en bind hiermee de wijnsaus.

Laat de saus $\pm$ 5 minuten op een laag vuur zachtjes koken.

Geef de saus apart bij het vlees.

Serveer de lamsbout in zijn geheel en snijd hem aan tafel in plakken.

Geef hierbij gekookte aardappelen en een fijne groente zoals broccoli of peultjes.

Lamsbout met olijven

100 gr uien
2 teentjes knoflook
1 takje peterselie
1 takje tijm
1 theelepel rozemarijnnaaldjes
1 laurierblad
1 theelepel gemengde peperkorrels
1/2 liter spaanse rode wijn
2 eetlepels olie
1 lamsbout van $\pm$ 1250 gram
350 gr bleekselderij
100 gr zwarte olijven
4 Roma- of longlife-tomaten

Snipper de uien en de knoflook en breng ze met de kruiden, peper en de wijn aan de kook.

Leg de lamsbout in een schaal, schenk er de warme wijn over en laat het vlees 1 nacht marineren.

Neem het uit het vocht en dep het droog.

Zeef de marinade.

Verhit in een braadpan de olie en bak het vlees rondom bruin.

Voeg er 1/8 liter van de marinade aan toe en laat de bout 1 uur, afgedekt en onder keren zachtjes braden.

Snijd de bleekselderij in stukken van $\pm$ 3 cm, laat de olijven uitlekken, voeg beide toe en braad het vlees nog 1/2 uur.

Dompel de tomaten even in kokend water onder, pel ze, snijd ze in achten en warm ze de laatste 5 minuten mee.

Leg het vlees met de bleekselderij, de tomaten en de olijven op een verwarmde schaal.

Laat het braadvocht snel tot sausdikte inkoken of bind het met een kruimig mengsel van 1 eetlepel boter en 1 1/2 eetlepel bloem en doe de saus in een sauskom over.

Lamsbout met tijm en olijven

(2 personen)

2 lamsboutschijven

zout, peper

1 theelepel tijm

1 teentje knoflook

2 eetlepels olijfolie

100 gr gemengde zwarte en groene olijven

Bestrooi het vlees met zout, peper en tijm en pers er het teentje knoflook boven uit.

Verhit de olie in een koekenpan en bak het vlees in ± 10 minuten aan beide kanten bruin en rosé.

Schep het vlees op 2 borden.

Verwarm de olijven heel even in het bakvet en schep ze op het vlees.

Geef er courgettesalade met pesto en kruiden-aardappeltjes bij.

Lamsbout met paddestoelen

Bestrijk een lamsbout met mosterd en honing, zet hem met 1/2 liter trapistenbier 1 nacht weg, dep hem droog en braad hem als boven.

Laat de bout stoven met de marinade en bak 2 uitjes in ringen mee.

Halveer 250 gr spruitjes, maak 150 gr paddestoelen van elk: kastanjechampignons, shii-take en oesterzwammen schoon en snijd ze in plakken of repen, bak ze kort in 1 eetlepel boter met 1 teentje knoflook en voeg het laatste kwartier de spruitjes toe.

Schik de groenten, de paddestoelen en de lamsbout op een schaal en bind het stoofvocht bij.

Lamsbout met kerrie

Zet een lamsbout 1 nacht weg met 500 gr gesneden uien, 2 knoflookteentjes uit de pers, 1 eetlepel korianderzaad, 1 eetlepel milde kerriepoeder, 1 blik (4 dl) kokosmelk en 1 eetlepel gembersiroop, dep hem droog en braad hem als boven.

Voeg de gezeefde uien toe en stoof de bout met de marinade.

Snijd een mango van de pit, schil hem, snijd hem in blokjes en voeg die het laatste kwartier toe.

Schik het fruit, de uien en de lamsbout op een schaal en strooi er wat koriandergroen over.

Bind het stoofvocht bij.

Met tapenade gevulde lamsbout

1 teentje knoflook

1 takje peterselie

80 gr groene olijven zonder pit

80 gr zwarte olijven zonder pit

1 eetlepel kappertjes

1 eetlepel groene pesto

2 dl olijfolie + olie voor het bestrijken

4 ansjovisfilets

1 eetlepel citroensap

1 lamsbout zonder bot van $\pm$ 700 gr
zout, peper

Pel de knoflook.

Was de peterselie.

Hak de olijven, de knoflook, de peterselie en de kappertjes en pureer ze met de pesto in een keukenmachine fijn.

Voeg, terwijl de keukenmachine zachtjes draait, in een dunne straal 1 dl olijfolie toe.

Voeg de ansjovisfilets en het citroensap toe en draai het geheel tot een smeugige massa.

Snijd de lamsbout open, vul hem met de olijventapenade en bind hem dicht.

Bestrijk de lamsbout met olijfolie en bestrooi hem met zout en peper.

Verhit de rest van de olijfolie in een braadpan, braad de lamsbout op hoog vuur lichtbruin en laat hem afgedekt op laag vuur in $\pm$ 70 minuten gaar worden.

Lamsbout met broodkorst

30 gr boter

1 lamsbout zonder been ($\pm$ 500 gr)

zout, peper

3 sneetjes volkorenbrood

1 ei

4 takjes tijm

1 eetlepel rietsuiker

1 eetlepel mosterd

1/2 theelepel kruidenknoflook (pot á 110 gr, John West)

Verwarm de oven voor op 220°C.

Verhit de boter in een braadpan en braad de lamsbout aan beide kanten in $\pm$ 4 minuten aan.

Bestrooi het vlees met zout en peper.

Ontkorst het brood, rooster het en verkruimel de sneetjes boven een kom.

Splits het ei en klop het eiwit los.

Haal de blaadjes van de takjes tijm.

Hak het broodkruim met de eidooier, de tijmblaadjes, de rietsuiker, de mosterd en de kruidenknoflook in de hakmolen van de staafmixer fijn en breng op smaak met zout en peper.

Besmeer de bovenkant van de lamsbout met het eiwit, verdeel het broodmengsel erover en druk het goed aan.

Laat het vlees met de broodkorst midden in de oven in $\pm$ 20 minuten gaar worden.

Garneer met takjes tijm.

Lekker met couscous en gestoofde courgette.

Lamsbout met kruidenkorst

(6 personen)

1 lamsbout met been ($\pm$ 1300 gr)

peper, zout

30 gr boter

2 teentjes knoflook

15 gr peterselie

1 citroen

40 gr amandelschaafsel

3 eetlepels paneermeel

2 eetlepels olijfolie

2 eetlepels mosterd

50 gr gedroogde abrikozen

2 eetlepels bloem

2 dl rode wijn

2 dl kruidenbouillon (van tablet)

2 eetlepels abrikozenjam

Verwarm de oven voor op 180°C.

Leg de lamsbout in een braadslede, bestrooi hem met peper en zout naar smaak en verdeel de boter er in klontjes omheen.

Zet de braadslede in de voorverwarmde oven en braad de lamsbout 35 minuten en lepel regelmatig braadvet over de lamsbout.

Bereid intussen de kruidenkorst.

Pel de knoflook.

Was de peterselie.

Boen de citroen onder stromend water schoon en rasp de schil dun af.

Rooster het amandelschaafsel in een droge koekenpan lichtbruin.

Hak de knoflook met de peterselie, de citroenrasp, het amandelschaafsel en het paneermeel in een keukenmachine of met een scherp mes tot kruimels. Roer er de olijfolie en naar smaak peper en zout door.

Neem de lamsbout aan het einde van de braadtijd uit de oven en bestrijk hem met de mosterd.

Verdeel er het kruidenmengsel over, druk het goed aan en braad de lamsbout nog 35 minuten.

Hak de abrikozen fijn.

Neem de lamsbout aan het einde van de bereidingstijd uit de braadslede en houd hem onder aluminiumfolie warm.

Schenk het braadvet in een kleine pan en roer de bloem erdoor.

Breng het aan de kook en voeg al roerend beetje bij beetje de wijn en de bouillon toe.

Voeg de abrikozen en de jam toe en kook alles op laag vuur 5 minuten door.

Breng de saus op smaak met peper en zout.

Serveer de lamsbout met in de schil gebakken aardappelstukjes en gekookte worteltjes.

Zevenurige lamsbout

(8 personen)

1 lamsbout van 3 kg

1 bol knoflook

boter en olie

2 gesnipperde uien

3 worteltjes

2 glazen witte wijn

3 glazen runderbouillon

500 gr rijpe tomaten

2 takjes tijm

2 laurierbladen

1 soeplepel grof (zee)zout

12 peperkorrels

fijn zout, en vers gemalen peper

Laat de slager de bout uitbenen. Laat hem het bot en de afsnijsels bewaren en er bij leveren.

Snijd de bout op een aantal plaatsen in.

Pel de knoflook, snijd de tenen overlangs in plakjes en steek die in de sneden van de bout.

Bestrooi de bout met out en peper.

Verwarm boter en olie in een stoofpan en braad de bout aan alle kanten aan.

Neem hem, als hij mooi is gebruind, uit de pan, wikkel hem in een vochtige doek en bind die met een touwtje dicht.

Braad het bot en de afsnijsels in dezelfde (niet ontvette) pan aan en voeg de uien en de in plakjes gesneden worteltjes toe.

Voeg, als de groenten zijn aangekleurd, de witte wijn en de bouillon toe en laat op hoog vuur even inkoken.

Leg de ingepakte bout in een grote ovale braadpan en giet er de inhoud van de eerste pan over.

Voeg de in stukken gehakte tomaten, 2 takjes tijm, 2 laurierbladen, het zout en de peperkorrels toe.

Breng aan de kook en voeg dan zoveel kokend water toe dat de bout helemaal onder staat.

Doe het deksel op de pan en plak dat dicht met een deegsliert, gemaakt van bloem en water, zodat het deksel hermetisch is afgesloten.

Laat dit geheel in een matigwarme oven $\pm$ 5 uur garen.

Open dan het deksel, haal de bout uit de pan en pak hem voorzichtig uit.

Snijd hem voorzichtig in dikke plakken, het vlees moet vrijwel op te lepelen zijn.

Zeef de jus en ontvet die.

Serveer de bout warm met de jus in een juskom erbij.

Gevulde lamsbout

(4-6 personen)

75 gr rauwe Parmaham

1 ei

2 eetlepels fijngeraspte (Parmezaanse) kaas

2 eetlepels gehakte peterselie

1/2 eetlepel gehakte bladselderij

1/2 theelepel gedroogde oregano

1/2 theelepel gedroogd basilicum

3/4 theelepel gedroogde tijm

peper

2-3 teentjes knoflook

1 ontbeende lamsbout ($\pm$ 750 gr)

3 eetlepels olijfolie

75 gr boter

1 gesnipperde ui

1 eetlepel gezeefde bloem

2 dl rode wijn

2-3 gezeefde tomaten

1 verkruimeld laurierblad

(1 mespuntje suiker)

(fijngesneden bieslook)

Hak of snij de ham zeer fijn.

Roer het ei in een kom los en voeg er de ham, kaas, peterselie, bladselderij, oregano, basilicum, 1 mespuntje tijm en wat peper bij.

Pers de knoflook erboven uit.

Meng alles goed, vul de holte in het vlees ermee en steek het met een houten prikker vast.

Maak het vlees aan de buitenkant met keukenpapier droog en wrijf het in met zout en peper.

Verhit de olijfolie en 50 gr boter in een braadpan, wacht tot het schuim van de boter voor een groot deel is weggetrokken en schroei de bout er op hoog vuur snel aan alle kanten in dicht.

Temper het vuur, voeg nog 25 gr boter toe, leg het deksel schuin op de pan en braad de bout zachtjes 35 minuten.

Keer de bout tijdens het braden enkele malen en bedruip hem met de braadboter.

Neem het vlees na de aangegeven tijd uit de pan, verpak het in aluminiumfolie en laat het minstens 10-15 minuten rusten.

Verwijder het olie-botermengsel op 3 eetlepels na uit de pan en fruit de ui in de rest van het bakvet tot deze wat kleur begint te krijgen.

Roer de bloem erdoor en voeg daarna, onder voortdurend roeren, de wijn, de tomaten,

het laurierblad en 1/2 theelepel gedroogde tijm toe.
Laat alles hierna nog 6-7 minuten zachtjes doorkoken.
Zeef de saus en voeg naar smaak zout, peper en eventueel een mespuntje suiker toe.
Snijd het vlees in plakken en leg het, zo veel mogelijk in het oorspronkelijke model, op een voorverwarmde schaal.
Schenk er een deel van de saus over en serveer de rest van de saus er apart bij.
Strooi eventueel wat fijngesneden bieslook over het gerecht.
Lekker met aardappelen of een pasta.

Gevulde lamsboutrollade uit de oven

2 kg lamsbout zonder been
1 kop vers broodkruim
2 eetlepels fijngehakte verse rozemarijn
2 eetlepels grofgehakte peccannoten
1 eetlepel sinaasappelmarmelade
2 theelepels geraspte sinaasappelschil
2 eetlepels sinaasappelsap
1 eetlepel sinaasappelmarmelade, extra
1/8 liter droge witte wijn
1 theelepel geraspte sinaasappelschil, extra
2 eetlepels sinaasappelmarmelade, extra

Ontdoe het vlees van overtollig vet.

Vermeng het broodkruim, de rozemarijn en de pecannoten en voeg de marmelade, gemengd met de rasp en het sap toe.

Meng alles lichtjes en voeg eventueel meer sap toe om te binden.

Druk de vulling in de holte van het vlees, rol het vlees op en bind het met keukentouw vast.

Leg het vlees in een braadslee en wrijf er extra marmelade over.

Bak het onafgedekt 10-15 minuten op 220°C in de oven.

Temper de oven tot 180°C en braad het 1-1 1/2 uur tot het vlees gaar is.

Dek het, als het te snel bruin wordt, met aluminiumfolie af.

Houd het vlees warm en zet het 10-15 minuten weg.

Zet de braadslee op laag vuur.

Voeg de wijn toe en meng die met de aanbaksels.

Breng het mengsel aan de kook, temper het vuur, laat het tot een dunne saus inkoken en voeg de overgebleven rasp en de extra marmelade toe.

Verwijder het touw van het vlees.

Snijd het in dunne plakken en schep de saus erover.

Lamsboutspiesen met salsa

500 gr lamsbout zonder been
versgemalen zout en peper
3 lente-uitjes
1 bakje kerstomaatjes
3 eetlepels olie met rode peper

Voor de salsa:

1/2 rode ui
2 tomaten
1 avocado
1 teentje knoflook
1/8 liter zure room
2 eetlepels fijngesneden koriander
tabasco

Snijd het vlees in dobbelstenen en wrijf ze in met zout en peper.

Snijd de lente-uitjes in drieën.

Vet 8 metalen spiesjes in met olie en rijg het vlees met de lente-ui en de tomaten hieraan.

Bestrijk met olie en laat 30 minuten intrekken.

Snipper voor de salsa de ui heel fijn.

Ontvel de tomaten, schep de zaadlijsten eruit en snijd het vruchtvlees in piepkleine blokjes.

Snijd de avocado in even kleine blokjes.

Pers de knoflook boven de zure room uit, roer er de ui, de tomaat- en avocadoblokjes en de koriander door en breng op smaak met zout, peper en tabasco.

Dek af en zet koel weg.

Rooster de lamsspiesen op de barbecue of onder een hete grill in 15-20 minuten goudbruin en gaar.

Portugees lamsvlees uit Cernache

(chanfana a moda Cernache)

(6 personen)

1 kg lamsbout zonder been
100 gr bacon
100 gr reuzel
1 dl olijfolie
2 teentjes knoflook
2 uien
3 eetlepels versgehakte peterselie
1 theelepel paprikapoeder
1 liter rode wijn

grof zeezout, peper
een schaal water

Verwarm de oven voor op 220°C.

Stamp de knoflook samen met wat zeezout fijn en smeer hier het vlees mee in.

Meng de reuzel, de olijfolie en het paprikapoeder in een kom en strijk ook dit over het vlees uit.

Snijd de uien in ringen en bedek hier de bodem van een aardewerken schotel mee.

Strooi er de peterselie over en leg het vlees hierop.

Giet de wijn over het vlees, zodat het bijna onder staat; vul eventueel aan met water.

Sluit de schaal (met aluminiumfolie) af en braad het vlees 60 minuten in de voorverwarmde oven.

Lekker met verse spinazie en gekookte aardappelen, of rijst met broccoli.

Indische lamspot

1 1/2 kg lamsvlees of lamsbout

taugé

1 aubergine

1 bosje lente-uitjes

200 gr spruitjes

200 gr sperzieboontjes

200 gr worteltjes

3 aardappelen

2 rode pepers

4 teentjes knoflook

10 cm sereh

2 blaadjes salam

4 blaadje laos

1 theelepel koenjit

1 bakje oesterzwammen

santen

zout, peper, ketoembar

Kruid het lamsvlees met zout, peper en ketoembar en bak het in wat olie bruin.

Verhit wat olie in een wok en fruit de ui en de knoflook.

Voeg dan al omscheppend de pepers, de sereh, de salam, de in blokjes gesneden aardappelen, de fijngesneden worteltjes, de koenjit, de boontjes, de spruitjes, de in blokjes gesneden aubergine, 1 cm santen, de oesterzwammen, de taugé en 1 kopje water toe en laat het geheel even sudderen.

Verwarm intussen de oven voor op 200°C.

Doe het lamsvlees in een grote ovenschaal of braadslee en verdeel er de groenten over en omheen.

Zet het gerecht ± 20 minuten in de oven en bedruip het regelmatig met de saus van de groen.

Gevulde lamsrollade

1 lamsrollade, uitgerold tot een lap en niet gekruid, of 500 gr lamsschouder, uitgebeend, of 500 gr lamsbout, uitgebeend, uitgesneden tot een lap

10 zwarte ontpitte olijven

1 takje verse basilicum

2 ansjovisfilets

100 gr waterkers

1/2 dl crème fraîche

1 teentje knoflook

zwarte peper uit de molen

boter om in te braden

opbindtouw

Snijd de olijven, de basilicum en de ansjovis in zeer kleine stukjes.

Pers de knoflook uit.

Meng de olijven, basilicum, ansjovis, knoflook, crème fraîche waterkers en peper en verdeel dit mengsel over het vlees.

Rol de rollade op, en bind hem dicht.

Verhit in een braadpan de boter.

Schroei de rollade op hoog vuur rondom dicht, draai het vuur laag en laat de rollade in ongeveer 20 minuten gaar worden. Het vlees moet van binnen nog rood zijn.

Serveer de rollade met aardappelpuree of pureetorentjes met mierikswortel en een warme salade met feta.

Paaslam

1 kg lamsbout

bosjes verse of anders flink wat gedroogde tijm, rozemarijn en salie

250 gr gedroogde pruimen

1 bolletje knoflook

1/2 fles Ruby Port

1 bosje lente-uitjes

50 gr boter

50 gr suiker

1/2 citroen

versgemalen peper, zout

Doe de pruimen samen met de port in een steelpannetje, voeg de kruiden, de suiker en de goed afgeborstelde citroen toe en laat dit 24 uur wellen.

Maak de volgende dag met een scherp mes inkepingen in de lamsbout en steek daarin stukjes knoflook (3-4 teentjes over de lengte in vieren gesneden).

Doe de rest van de knoflookteentjes en de grof gesneden lente-uitjes bij de pruimen met de port en laat dit zachtjes inkoken.

Braad de gezouten en gepeperde lamsbout in de boter aan alle kanten goed bruin.

Giet de kokende port met inhoud over de lamsbout, laat hem 1 uur zonder deksel sudderen en keer hem regelmatig.

Haal dan de lamsbout uit de pan, snijd hem overdwars in dunne plakken en leg die dakpansgewijs op een voorverwarmde schaal.

Laat de saus intussen inkoken, maar pas op dat ze niet aanbrandt!

Verwijder de citroen en giet de saus op het laatste moment rondom het vlees.

Lamsvlees in romige saus

(-6 personen)

1 eetlepel sesamzaadjes

1 eetlepel wit maanzaad

50 gr gepelde amandelen

2 groene pepertjes zonder de zaden

6 teentjes knoflook in plakjes

een stukje gemberwortel in plakjes

1 gesnipperde ui

3 eetlepels geklaarde boter of plantaardige olie

6 groene kardamompeulen

1 kaneelstokje van 5 cm

4 kruidnagels

1 kg mager lamsvlees in blokjes

1 1/2 theelepel komijnpoeder

1 1/2 theelepel korianderpoeder

zout

300 gr crème fraîche, waar 1 theelepel maïzena door is geroerd

geroosterde sesamzaadjes

Roerbak de sesamzaadjes, het witte maanzaad, de amandelen, de pepertjes, de knoflook, de gemberwortel en de gesnipperde ui in een droge koekenpan.

Laat het mengsel afkoelen en maal het daarna in een foodprocessor tot een pasta.

Verhit de boter of olie in een koekenpan en bak de kardamom, de kaneel en de kruidnagels tot de laatste opzwellen.

Voeg het lamsvlees, de komijn, de koriander en de pasta toe en breng op smaak met zout.

Laat met het deksel op de pan stoven tot het vlees bijna gaar is.

Neem de pan van het vuur en schep de crème fraîche erdoor.

Warm het voor het serveren weer kort op en bestrooi met sesamzaad.

Geroosterde lamsbout

4 personen
1 kg lamsbout met been
4 teentjes knoflook
3 eetlepels cognac
1 eetlepel fijne Franse mosterd
2 theelepels fijngehakte verse tijmblaadjes
1 theelepel zwarte peper
11/2 dl olijfolie
zout

Maak de lamsbout droog.

Vermeng de geplette en fijngehakte teentjes knoflook met de cognac, de mosterd, de tijm en de peper.

Wrijf de lamsbout hiermee in en laat dit minstens 1 uur intrekken.

Leg het vlees in aluminiumfolie gewikkeld op een koele plaats (niet in de koelkast).

Maak de bout opnieuw met keukenpapier droog en bestrijk de bout en het ovenrooster met olie.

Schuif het rooster met de lamsbout niet al te dicht onder de reeds hete ovengrill.

Zet een braadslede of bakplaat onder het ovenrooster en laat de bout, onder af en toe omkeren en insmeren met olie, 45-55 minuten roosteren.

Bedek na 15 minuten de dunne delen van de bout met aluminiumfolie en haal dit er 5 minuten voor het einde van de roostertijd weer af.

Verpak de bout, als hij uit de oven komt, geheel in folie en laat hem nog 15 minuten rusten.

Strooi er wat zout over.

Snijd de bout aan tafel in niet te dikke plakken.

Geef er kruidenboter (zonder knoflook), gekookte haricots verts (jonge sperzieboontjes), tomatensalade en gefrituurde kleine aardappeltjes bij.

Lamsbout in bockbiermarinade

(5 personen)
4 teentjes knoflook
2 witte uien
11/2 kg lamsbout
10 jeneverbessen
4 kruidnagelen
33 cl bockbier
1 dl rode port
versgemalen peper
250 gr ontbijtspek
zout

Pel de knoflook en snijd deze in langwerpige reepjes.
Pel de uien en snijd ze in ringen.
Maak in de lamsbout op verschillende plaatsen inkepingen. Steek daar de reepjes knoflook, de jeneverbessen en de kruidnagelen in.
Leg de lamsbout in een schaal en schenk het bockbier en de port erover.
Leg de uien in het vocht.
Laat het vlees minstens 2 uur in de koelkast marineren (draai het vlees zo af en toe om).
Verwarm de oven voor op 225°C.
Haal de lamsbout uit de marinade, strooi de gemalen peper erover en verpak de lamsbout in ontbijtspek.
Bind het spek vast met rolladetouw.
Leg de lamsbout in een braadslee, schenk dan de marinade rondom en braad het vlees 20 minuten.
Verlaag dan de temperatuur tot 150°C en braad nog 1 1/2 uur door.
Bedruip het vlees regelmatig met het vocht.
Zet de oven uit en laat de lamsbout een kwartier rusten.
Haal de braadslee daarna uit de oven.
Snijd de lamsbout in plakken.
Zeef de jus en breng deze op smaak met zout, peper en een scheutje rode port.
Lekker met gebakken rijst en spinazie.

Geroosterde lamsbout met geroosterde aardappelen en muntsaus

(Australië)

1 ui
1 dl bouillon
1 lamsbout van 1 1/2 kg
zout, peper
200 gr boter
12 aardappelen
1 bosje verse munt
50 gr suiker
6 eetlepels witte wijnazijn

Verwarm de oven voor op 225°C.
Pel de ui, snijd hem in ringen en leg die in een braadslede.
Voeg de bouillon toe.
Smelt de boter.
Snijd het vet rond het vlees in en wrijf de bout in met zout en peper.
Vet het ovenrooster in en leg de lamsbout erop.
Schuif het rooster in de oven en zet de braadslede eronder.
Rooster de lamsbout in ± 1 uur en 20 minuten bruin en gaar.
Bedruip de bout regelmatig met gesmolten boter.

Schil de aardappelen, halveer ze en kook ze $\pm$ 10 minuten.

Leg de aardappelen in de braadslede onder de lamsbout en bak ze in $\pm$ 1 uur bruin en gaar.

Keer ze regelmatig.

Hak de munt heel fijn en roer in een schaaltje de munt, de suiker en de azijn door elkaar.

Laat de lamsbout onder aluminiumfolie $\pm$ 5 minuten rusten.

Snijd het vlees dan in plakken en serveer het met de aardappelen en de muntsaus.

Green stuffed New Zealand lamb

1 kg lamsrug

4 kiwi's

2 uien

1 preitje

groen van selderij

peterselie

1/2 komkommer

3 grote augurken

Braad de lamsrug in een braadpan of oven.

Snijd intussen de uien, prei, komkommer en augurken in blokjes.

Begin met de ui en de prei in boter te smoren, voeg er later de komkommer en de augurken aan toe en op het laatste moment de fijngehakte selderij, peterselie, tuinkruiden naar smaak en tenslotte de in blokjes gesneden kiwi.

Maak van dit mengsel op een schaal een bedje en leg daar de lamsrug op.

Blus de braadboter met wat bouillon af en neem de pan van het vuur.

Maak een mengsel van eidooier en room en bindt de braadjus daarmee.

Een andere methode:

Snijd het vlees van de gebraden lamsrug in plakken, leg die terug op de rug en doe tussen de plakken lamsvlees een laagje van de gesmoorde groenten, tuinkruiden en kiwi.

Maak de saus en bedek het geheel daarmee.

Lamsbout met rode wijnsaus, tuinbonen en aardappelterrinen

1 lamsbout

2 kg tuinbonen

100 gr ontbijtspek

7 1/2 dl droge rode wijn

2 dl rode port

2 sjalotten

1 takje tijm
1 takje rozemarijn
1 liter kalfsfond
100 gr boter
500 gr Nicola aardappelen
1 kg Biltstar aardappelen
1 bos peterselie
bonenkruid

Maak van de lamsbout een rollade door het bot eruit te snijden en het vlees op te binden.

Dop en blancheer de tuinbonen, spoel ze met koud water af en haal het velletje eraf. Snijd het ontbijtspek zeer fijn.

Saus:

Laat de rode wijn met de port, de fijngehakte sjalotjes, wat tijm en rozemarijn tot 1/4 inkoken.

Zeef dit, voeg de kalfsfond toe en laat verder inkoken.

Monteer de saus met boter.

Terrine:

Schil de Nicola's, snijd ze in dunne plakjes en blancheer die tot ze soepel zijn.

Laat ze uitlekken en afkoelen.

Kook de Biltstar gaar en maak er een stevige puree van.

Pureer de peterselie met wat olijfolie in een blender en voeg dit aan de aardappelpuree toe.

Bekleed een terrinevorm met plakjes katenspek, vul de terrine op met de plakjes aardappel, die door de met room losgeklopte eierdooiers zijn gehaald en met de puree en stoom het gerecht gaar.

Stort de terrine en snijd hem, als hij iets is afgekoeld, in plakken.

Verwarm de oven voor op 180°C.

Bestrijk de lamsbout met olijfolie, steek er een vleesthermometer in en braad het vlees in de oven tot de meter 55°C aangeeft.

Haal de rollade uit de oven, dek hem met aluminiumfolie af en laat hem ± 20 minuten nagaren.

Snijd de rollade in plakken.

Bak het ontbijtspek in een klontje boter, voeg de tuinboontjes toe, laat het doorwarmen en meng er het bonenkruid door.

Lamsschotel met broccoli

(3 personen)

500 gr lamsbout zonder been
2 eetlepels olie
20 gr bloem

1/2 liter bouillon
1/8 liter crème fraîche
150 gr broccoli
125 gr courgette
1/2 bosje voorjaarsuitjes
1 teentje knoflook
zout, versgemalen peper
1/2 theelepel gedroogde tijm

Snijd het vet en de eventuele vliesjes van het vlees en maak er blokjes van.

Verhit de olie en bak het vlees rondom bruin.

Stuif de bloem erover, bak die even mee en roer er dan de bouillon door.

Voeg de crème fraîche toe, leg het deksel op de pan en laat het geheel 45 minuten zachtjes koken.

Maak de broccoli schoon en snijd er kleine roosjes van.

Schil de dikkere broccolistengels en snijd ze in plakjes.

Maak de courgette schoon, halveer hem eventueel overlangs en snijd hem in plakjes.

Maak de voorjaarsuitjes schoon en snijd ze in ringen.

Doe de groenten na 45 minuten bij het vlees en laat alles nog 15 minuten zachtjes koken.

Pel de knoflook en knijp de teentjes in de pan uit.

Breng het gerecht op smaak met zout, peper en tijm.

Pittig gestoofd lamsvlees met broccoli

400 gr lamsbout zonder been
2 eetlepels olie
1 zakje Boemboe Ajam Pedis (100 gr, Kokki Djawa)
1 rode paprika
300 gr panklare broccoli

Snijd het vlees in blokjes.

Verhit in een pan de olie en fruit de boemboe ± 1 minuut zachtjes.

Schep het vlees erdoor en bak het ± 1 minuut mee.

Voeg 3 eetlepels water toe, breng het aan de kook en laat het vlees afgedekt ± 15 minuten zachtjes sudderen.

Maak de paprika schoon, was hem en snijd hem in blokjes.

Snijd de broccoli iets kleiner.

Schep de paprika en de broccoli door het vlees en smoor het vlees en de groenten in nog ± 10 minuten zachtjes gaar.

Serveer met eiermie.

Lamsschotel met witte bonen gestoofd in Franse wijn

1 grote ui
3 teentjes knoflook
2 stengels bleekselderij
± 200 gr winterwortel
500 gr lamsboutschijven
zout, peper
3 eetlepels (olijf)olie
1 takje rozemarijn
1 takje tijm
2 dl Franse droge rode wijn
2 theelepels kruidenbouillonpoeder
1 potje witte bonen (netto 360 gr)

Pel en snipper de ui.

Pel de knoflook en snijd ze in plakjes.

Maak de bleekselderij en de wortel schoon, was ze en snijd ze in blokjes.

Snijd het vlees in grove stukken en bestrooi met zout en peper.

Verhit de olie in een braadpan en bak het vlees al omscheppend in ± 5 minuten rondom bruin.

Bak de ui en de knoflook ± 2 minuten zachtjes mee.

Voeg de bleekselderij en de wortel toe en bak ze al omscheppend ± 1 minuut mee.

Ris de rozemarijnnaaldjes en de tijmblaadjes boven een kopje van de takjes.

Voeg de wijn, het bouillonpoeder, de rozemarijn en de tijm aan vlees toe en stoof het vlees afgedekt in ± 1 uur gaar.

Spoel de bonen in een zeef onder koud stromend water af en laat ze goed uitlekken.

Roer de bonen door het vlees en warm het geheel nog ± 10 minuten zachtjes door.

Breng op smaak met zout en peper en serveer met stokbrood.

Witte bonenschotel met lamsvlees

(2 personen)

1 grote rode ui
100 gr winterwortel
2 stengels bleekselderij
200 gr lamsbout in blokjes
zout, peper
3 eetlepels olijfolie
1 teentje knoflook
1 dl vleesbouillon
1 dl rode wijn

1 theelepel rozemarijn
1 klein potje witte bonen
1 theelepel Dijonmosterd

Pel de ui en snijd hem in 8 partjes.

Maak de wortel en de bleekselderij schoon en snijd ze in plakjes.

Bestrooi het vlees met zout en peper.

Verhit de olie in een braadpan en bak de blokjes vlees rondom bruin.

Pers het teentje knoflook erboven uit.

Schep er de ui, de wortel en de bleekselderij door en bak de groenten ± 3 minuten mee.

Voeg de bouillon, de wijn, de rozemarijn en de witte bonen met het vocht toe en stoof de schotel in ± 20 minuten zachtjes gaar.

Breng de schotel op smaak met zout, peper en wat mosterd.

Lekker met lollo rossosalade met spekjes.

Gemarineerd shoarmavlees

(voor 1 kg lams- of rundvlees)

Voor de kruidenmix:

1/4 theelepel gemalen nootmuskaat

1/4 theelepel gemalen kardemom

1/4 theelepel gemalen kruidnagel

1/2 theelepel gemalen kaneel

1/2 theelepel gemalen zwarte peper

Zout naar smaak

De ingrediënten voor deze droge mix kunt u naar wens vermenigvuldigen en door elkaar gemengd in een afgesloten pot bewaren.

Voor de marinade:

4 gekneusde teentjes knoflook

1 fijngesneden ui

1/4 kopje citroensap (= ± 120 ml)

1/4 kopje water (= ± 120 ml)

1/8 kopje witte wijnazijn (= ± 60 ml)

1/8 kopje olijfolie (= ± 60 ml)

Leg het vlees ± 30 minuten in de diepvries en snijd het dan in dunne plakken van ± 1 1/2 cm.

Vermeng de ingrediënten voor de marinade en smeer het vlees hier aan alle kanten mee in.

Laat het vlees met de marinade, afgedekt in de koelkast, een nacht staan.

Neem het vlees dan uit de marinade en leg de plakjes onder de hete grill.

Keer ze een keer, zodat ze aan beide kanten bruin kunnen worden.

Trek het vlees dan met 2 vorken in fijne draden uit elkaar en serveer het in een pitabroodje, met plakjes tomaat, komkommer, dunne schijfjes ui en blaadjes ijsbergsla, of andere knapperige sla.
Garneer met Tahinisaus (zie recept).

Taratur Bi Tahini

110 gr tahini (= gemalen sesamzaadjespasta) *
1/4 liter vers citroensap
1/4-1/2 kopje water (120-240 ml)
1 theelepel zout
2 fijngesneden tenen knoflook

Doe de knoflook en het zout in een kom en meng er de tahinipasta en wat water door. Voeg beetje bij beetje het citroensap met het water door de massa tot alles goed is gemengd. Het water dikt de saus aan, het citroensap verdunt de saus weer. Dek de kom af en laat de saus in de koelkast koud worden.
U kunt deze saus bij rauwe groenten als dipsaus, bij falafels en als garnering bij lamsvlees of vis serveren.

* Verkrijgbaar in Reformzaken, Biologische winkels of Toko's.

Rijstpilav met paprika en lamsvlees

(2 personen)

1 ui
3 theelepel shoarmakruiden
1/4 liter runderbouillon (1/2 tablet)
2 eetlepels geschaafde amandelen
zout, peper
1 groene paprika
200 gr mals lamsvlees in blokjes
25 gr boter
150 gr snelkookrijst
50 gr krenten of rozijnen

Pel en snipper de ui.

Snijd de paprika in stukjes.

Verhit de boter en bak de blokjes vlees hierin met de ui en de paprika in ± 5 minuten bruin.

Voeg de krenten, de shoarmakruiden en de rijst toe en bak het geheel op matig vuur omscheppend 2 minuten.

Schenk de bouillon erbij, leg het deksel op de pan, breng het vocht aan de kook en laat de pilav op laag vuur in 10-15 minuten gaar worden.

Rooster intussen de amandelen in een droge koekenpan goudbruin.

Voeg naar smaak zout en peper aan de pilav toe en strooi de amandelen erover.

Lamspilav

450 gr lamsbout in dobbelstenen
1 grote gesnipperde ui
1 teentje knoflook uit de knijper
200 gr gewelde abrikozen in kwarten
350 gr basmatirijst
1 eetlepel sultana rozijnen
1 mespunt gedroogde majoraan
2 verkruimelde runderbouillontabletten
45 gr grofgehakte walnoten
2 eetlepels gepelde pistachenoten

Verwarm de oven voor op 200°C.

Verhit de boter in een braadpan en schroei het vlees snel dicht.

Zet het vuur dan wat lager, voeg de ui en de knoflook toe en schep om.

Voeg de rijst toe en bak die ± 1 minuut mee.

Voeg de abrikozen, de rozijnen en 9 dl water toe en schep om.

Voeg de majoraan en de bouillontabletten toe en schep weer om.

Doe het geheel over in ovenschaal en zet die afgedekt 30 minuten in de oven.

Schep er 5 minuten voor het einde van de oventijd de noten door.

Lamskoteletten

Verwarm de oven voor op 180°C.

Laat de koteletjes (racks) aan elkaar zitten en wrijf ze in met zout, peper, tijm, rozemarijn en knoflook uit de pers.

Bak de koteletjes in olijfolie om en om bruin en zet ze daarna nog 10 minuten in de oven.

Laat ze op een warme plaats 10 minuten rusten.

Snijd ze dan los en serveer ze met lamsjus (zie recept).

Lamsjus

Zet 2 1/2 kg lamsbotten in roomboter aan.

Voeg 500 gr bouquet, aangevuld met 1 dwars doorgesneden en ongepelde bol knoflook, 10 jeneverbessen, 1 takje tijm en 1 takje rozemarijn toe en bak die even mee.

Blus af met 1/2 liter rode wijn en voeg zoveel water toe dat de botten onder staan.

Breng aan de kook, schuim af en laat minstens 4 uur trekken.

Zeef de lamsjus door een fijne zeef en kook tot 3/4 in.

Neem 2 dl van deze lamsjus, monteer met een paar klontjes boter en breng op smaak met peper en zout.

U kunt een flinke hoeveelheid maken. Vries de rest van de lamsjus in porties in. In de vriezer blijft de jus minstens 1 jaar goed.

Gepaneerde lamskoteletjes met tijm

250 gr sjalotjes

8 zwarte olijven zonder pit

4 takjes tijm

2 eetlepels paneermeel

50 gr boter en 12 kleine blokjes boter

2 eetlepels (balsamico)azijn

zout, versgemalen peper, nootmuskaat

300 gr broccoliroosjes

12 lamskoteletjes

Zet de grill aan.

Pel de sjalotjes, halveer ze en snijd ze in dunne plakjes.

Hak de olijven grof.

Ris de tijm van de takjes en meng hem met het paneermeel.

Verhit 25 gr boter in een koekenpan en bak de sjalotjes al roerend in ± 10 minuten lichtbruin.

Voeg de olijven toe en blus af met de azijn.

Neem de pan van het vuur en breng op smaak met zout en peper.

Blancheer de broccoliroosjes in kokend water met zout.

Wrijf de koteletjes in met zout en peper.

Verhit 25 gr boter in een koekenpan en bak de koteletjes op hoog vuur aan iedere kant 2 minuten aan.

Neem ze uit de pan en leg ze op een bakplaat.

Verdeel de sjalotmassa op de koteletjes en leg daarop het tijm-paneermeelmengsel en de boterblokjes.

Zet de plaat ± 3 minuten 25 cm onder de voorverwarmde grill tot de korst goudbruin is.

Roerbak intussen de broccoliroosjes in het bakvet van de koteletjes en breng ze op smaak met zout, peper en nootmuskaat.

Lekker met gebakken krieltjes.

Lamb chops

(2 personen)

2 lamskoteletten
60 gr boter
peper, rozemarijn
1 paplepel bloem
3/4 liter bouillon
1 glaasje witte wijn
1 paplepel tomatenpuree
15 kleine uitjes
aardappelen

Bak de koteletten in de boter aan beide kanten bruin.

Strooi er peper en bloem over en bak ze nog even, zodat de bloem iets kleurt.

Voeg de bouillon en de wijn toe, roer en doe er dan de tomatenpuree, de rozemarijn en de uitjes bij.

Roer weer en voeg tenslotte blokjes rauwe aardappel toe.

Laat het geheel met het deksel op de pan zachtjes gaar worden.

Geroosterde lamskoteletjes met kurkumarijst

12 lamskoteletjes
1 bosje postelein

Voor de rijst:

250 gr champignons
1 rode paprika
1 gehakte ui
boter
200 gr gewassen rijst
zout, versgemalen peper
1/2 theelepel kurkuma (geelwortelpoeder)
4 dl kippenbouillon
1 kruidenbultje

Voor de oliemix:

2 dl arachideolie
1 teentje knoflook
10 verse rozemarijnblaadjes
2 verse afgeriste takjes tijm
1 theelepel mosterd
1-2 mespuntjes cayennepeper
1 snufje zout

Spoel de champignons onder stromend water, dep ze droog, verwijder de steeltjes en snijd ze kruiselings in vieren.

Snijd de paprika in dobbelsteentjes van 1/2 cm.

Kook ze enkele ogenblikken in gezouten water, spoel ze daarna onder stromend water

en laat ze uitlekken.

Fruit de gehakte ui zachtjes in een klontje boter.

Voeg de paprikablokjes, de champignons en de gewassen rijst toe en roer door elkaar.

Kruid met wat zout, gemalen peper en kurkuma.

Voeg de kippenbouillon toe en kook op.

Leg er het kruidenbultje bij en dek af.

Laat de rijst in ± 16 minuten in een op 180°C voorverwarmde oven gaar worden.

Verwijder het deksel als de rijst gaar is, neem het kruidenbultje eruit en roer enkele klontjes boter door de rijst.

Vermeng de olie met het teentje knoflook, de rozemarijn, de tijm en de mosterd en kruid met een mespuntje cayennepeper en wat zout.

Bestrijk de lamskoteletjes met een keukenkwastje aan beide kanten rijkelijk met de pikante oliemix en rooster ze aan beide kanten, maar houd ze nog roze.

Schik de rijst op een ovale serveerschotel, leg de koteletjes op de rijst met de beentjes naar boven gericht en garneer met enkele plukjes postelein.

Lamskoteletjes Dijon

4 lamskoteletten

1 in tweeën gesneden citroen

knoflookpoeder

versgemalen zwarte peper

1 kop versgehakte peterselie

1/3 kop Dijon-mosterd

1 1/2 eetlepel paneermeel

schijfjes citroen en limoen

Wrijf de koteletten in met de citroen en bestrooi ze met knoflookpoeder en peper.

Meng de peterselie, de mosterd en het paneermeel en bedek het vlees hier rondom mee.

Leg de koteletten in een ovenschotel zonder deksel en bak ze in ± 20 minuten in een warme oven (180°C) gaar.

Garneer met partjes citroen en limoen.

Lamskoteletjes met bonenfricassée

100 gr haricots verts

zout

1 uitje

100 gr mager ontbijtspek

1/2 blikje kidneybonen (200 gr)

1 potje tuinbonen
1/2 theelepel gedroogd bonekruid
50 gr boter
versgemalen peper
12 lamskoteletjes

Maak de haricots verts schoon en blancheer ze $\pm$ 4 minuten in kokend water met zout.
Snijd het uitje in maanvormige plakjes en het ontbijtspek in reepjes.

Doe de kidneybonen, de tuinbonen, de geblancheerde haricots verts en het bonekruid bij elkaar in een pan.

Verhit de boter in een koekenpan, fruit de ui en het spek $\pm$ 1 minuut en doe ze (zonder de boter) bij de bonen in de pan.

Breng dit aan de kook en op smaak met zout en peper.

Houd de bonen warm tot de koteletjes klaar zijn.

Wrijf de koteletjes in met zout en peper en bak ze aan iedere kant $\pm$ 3 minuten in de boter van het ui-spekmengsel bruin.

Schep de bonenfricassée met een schuimspaan op de borden en leg de koteletjes erop.
Lekker met gekookte krieltjes.

Lamskoteletjes met gekonfijte uitjes

100 gr verse zilveruitjes (of 125 gr zeer kleine sjalotjes)
3 dl rode wijn
2 cl rode grenadinesiroop
1 kruidnagel
1 laurierblaadje
1 dl runderfond
50 gr boter
12 lamskoteletjes
zout, versgemalen peper

Maak de zilveruitjes schoon, breng ze met 2 dl wijn, de grenadine, de kruidnagel en het laurierblaadje aan de kook en laat ze op zeer laag vuur 1/2 uur trekken.

Kook de rest van de wijn samen met de runderfond tot de helft in.

Verhit de boter in een koekenpan.

Wrijf de koteletjes in met zout en peper, en bak ze op hoog vuur aan iedere kant 3 minuten aan.

Neem ze uit de pan en houd ze warm.

Giet de boter uit de pan, voeg het ingekookte wijn-fondmengsel toe en roer de aanbaksels los.

Verdeel de lamskoteletjes en de uitjes over 4 borden en schenk de saus erover.

Lekker met Basmatirijst en groene kool met wat room erdoor.

Lamskoteletjes met rozemarijn

(2 personen)

1/2 ui

4 lamskoteletjes

zout, peper

1/2 eetlepel rozemarijnnaaldjes

25 gr kruidenboter

Pel de ui en snijd hem in ringen.

Bestrooi de lamskoteletjes met zout, peper en rozemarijn.

Verhit de kruidenboter in een koekenpan en bak de koteletjes in ± 15 minuten

goudbruin en gaar; keer ze regelmatig.

Bak de uiringen de laatste 5 minuten mee.

Leg de lamskoteletjes op 2 borden en verdeel de uiringen erover.

Serveer met tomatenrijst met kaas en sperziebonen.

Lamskoteletjes met rozemarijn en tomaat

400 gr vleestomaten

2 knoflookteentjes

2 takjes rozemarijn

12 lamskoteletjes

zout, versgemalen peper

3-4 eetlepels olijfolie

Ontvel de tomaten, snijd ze in achten en verwijder de zaadjes.

Hak 1 knoflookteentje fijn en plet het andere met een mes.

Haal de rozemarijnnaaldjes van 1 takje.

Wrijf de lamskoteletjes in met zout en peper.

Verhit 3 eetlepels olijfolie in een grote koekenpan, fruit de geplette knoflookteen even aan en voeg het takje rozemarijn toe.

Bak de lamskoteletjes hierin om en om in ± 6 minuten bruin.

Neem ze uit de pan en houd ze warm.

Neem het takje rozemarijn en de geplette knoflookteen uit de pan.

Voeg zo nodig wat olijfolie toe en bak de fijngehakte knoflookteen en de rozemarijnnaaldjes even aan.

Voeg de tomaatpartjes toe en bak ze ± 2 minuten.

Breng op smaak met zout en peper en serveer met de lamskoteletjes.

Lekker met aardappelgratin of aardappelpuree waar u fijngehakte olijven door roert.

Lamskoteletten in vermoutmarinade

8 lamskoteletten á 100 gr
4 eetlepels olijfolie
1 eetlepel witte vermout
zout, versgemalen zwarte peper
1 takje marjolein
1 takje tijm
1 koffielepel rozemarijn
30 gr reuzel
1 limoen

Meng de olijfolie, de vermout, zout, peper, de tijm, de marjolein en de gehakte rozemarijn.

Bestrijk er het vlees mee en laat dit in de koelkast 1 nacht trekken.

Bak het vlees aan beide kanten bruin in de reuzel en laat het aan iedere kant nog 2 minuten verder bakken.

Serveer het vlees met de limoenpartjes, pasta zoals spaghetti of tagliatelle, kruidenboter en verse peultjes.

Versier de schotel met enkele blaadjes munt.

Gebakken lamskoteletjes met romige tomatensaus en knoflook

(2 personen)

4 dubbele lamskoteletjes
2 sjalotjes
1 flinke teen knoflook
25 gr ontbijtspek
2 takjes peterselie
zout,peper
4 eetlepels olijfolie
1 theelepel rozemarijn
2 eetlepels tomatenpuree
1/8 liter slagroom
suiker

Pel en snipper de sjalotjes.

Pel de knoflook en snijd ze met een scherp mes in dunne plakjes.

Snijd het ontbijtspek in kleine stukjes.

Knip de peterselie in een kopje fijn.

Bestrooi de koteletjes met zout en peper.

Verhit de olie in een koekenpan, bak de knoflook in ± 1 minuut goudbruin en schep hem uit de pan op een bord.

Giet de helft van de olie af (wordt niet meer gebruikt).

Bak in de rest van de olie de koteletjes in 7-8 minuten gaar; keer ze halverwege.

Schep ze uit de pan op een bord.
Bak in het bakvet de sjalot, het spek en de rozemarijn $\pm$ 3 minuten.
Roer er de tomatenpuree door en bak nog $\pm$ 1 minuut.
Voeg de slagroom toe en laat op hoog vuur in $\pm$ 1 minuut tot sausdikte inkoken.
Breng de saus op smaak met zout, peper en suiker.
Leg de koteletjes in de saus en warm ze nog $\pm$ 2 minuten mee.
Leg ze op 2 borden en strooi er de gebakken knoflook en de peterselie over.

Oosterse lamskoteletten

4 lamskoteletten
2 eetlepels sesamolie
2 fijngesnipperde uitjes
2 gesnipperde teentjes knoflook
2 eetlepels sojasaus
2 eetlepels chilisaus
100 gr niet te zoete sinaasappelmarmelade
1 eetlepel rijstazijn
1 eetlepel geraspte gemberwortel

Verwarm de olie in een koekenpan en bak de koteletten hierin op middelhoog vuur aan beide kanten bruin.
Leg de koteletten op keukenpapier en laat ze uitlekken.
Fruit de uitjes met de knoflook in de koekenpan licht van kleur en voeg de sojasaus, chilisaus, marmelade, rijstazijn en gemberwortel toe.
Verwarm de saus goed roerend en leg de koteletten terug in de pan.
Leg het deksel schuin op de pan en laat alles ruim 5 minuten in de saus door stoven tot het vlees gaar is.
Keer de koteletten een keer om.
Serveer de lamskoteletten met mihoen en gekookte peultjes.

Lamskoteletjes met komkommer-knoflooksaus

(2 personen)
1/2 komkommer
1 ui
1 takje rozemarijn
2 eetlepels (olijf)olie
4 lamskoteletjes
zout, (versgemalen) zwarte peper
2 teentjes knoflook
1/2 vleesbouillontablet

2 theelepels maïzena
10 sprietjes bieslook
aluminiumfolie

Schil de komkommer, halveer hem in de lengte, verwijder de zaadjes en snijd hem in heel kleine blokjes.

Pel de ui en snipper hem heel fijn.

Ris boven kopje de rozemarijnnaaldjes van het takje en knip ze fijn.

Verwarm drie borden voor.

Verhit in een koekenpan de olie.

Bak de lamskoteletjes in ca 8 minuten bruin en van binnen rosé,

Keer ze halverwege.

Bestrooi ze met zout en peper.

Leg ze op een warm bord en houd ze onder aluminiumfolie warm.

Pel de knoflook en pers ze boven het bakvet uit.

Voeg de ui, komkommer en rozemarijn toe en bak ze al omscheppend ca 2 minuten zachtjes.

Verkruimel het bouillontablet erboven.

Roer in een kopje de maïzena met 1 dl koud water glad.

Voeg dit al roerend aan het komkommermengsel toe en blijf roeren tot een licht gebonden saus ontstaat.

Breng die op smaak met zout en peper.

Leg de lamskoteletjes op twee borden en schep er de saus over.

Knip de bieslook erboven fijn.

Serveer met gebakken krielaardappeltjes en tomatensla.

Oosterse lamskoteletten

4 lamskoteletten

2 eetlepels sesamolie

2 fijngesnipperde uitjes

2 gesnipperde teentjes knoflook

2 eetlepels sojasaus

2 eetlepels chilisaus

100 gr niet te zoete sinaasappelmarmelade

1 eetlepel rijstazijn

1 eetlepel geraspte gemberwortel

Verwarm de olie in een koekenpan en bak de koteletten hierin op middelhoog vuur aan beide kanten bruin.

Leg de koteletten op keukenpapier en laat ze uitlekken.

Fruit de uitjes met de knoflook in de koekenpan licht van kleur en voeg de sojasaus, de chilisaus, de marmelade, de rijstazijn en de gemberwortel toe.

Verwarm de saus goed roerend en leg de koteletten terug in de pan.

Leg het deksel schuin op de pan en laat het vlees in de saus in ruim 5 minuten gaar

stoven.

Keer de koteletten een keer om.

Geef er mihoen en gekookte peultjes bij.

Lamskoteletten met komkommer-muntsaus

(2 personen)

1/2 komkommer

zout

1/2 zakje verse munt (à 15 gr)

1 eetlepel azijn

1 bekertje zure room (125 ml)

peper

1 teentje knoflook

4 dubbele lamskoteletten

2 eetlepels (olijf)olie

Schil de komkommer, halveer hem in de lengte, verwijder de pitjes en rasp hem boven een zeef grof. Bestrooi met zout en laat ± 10 minuten staan.

Houd 4 toefjes munt apart voor de garnering, neem de rest van de muntblaadjes van de takjes en knip ze in een kopje heel fijn.

Druk met de bolle kant van een eetlepel zoveel mogelijk vocht uit de komkommer.

Roer in een schaaltje de komkommer, de munt, de azijn en de zure room tot een saus en breng die op smaak met zout en peper.

Zet de saus tot gebruik afgedekt in de koelkast.

Verwarm de grill voor op de hoogste stand.

Pel de knoflook, pers die boven een kommetje uit en roer de olie erdoor.

Besprenkel de lamskoteletten aan beide kanten met de knoflookolie en leg ze op het grillrooster.

Schuif het rooster met een lekbak eronder ± 10 cm onder de hete grill. Grill de lamskoteletten in ± 10 minuten gaar en bruin; keer halverwege.

Leg de lamskoteletten op twee borden en schep de komkommer-muntsaus erover.

Garneer met toefjes munt.

Serveer er gesmoorde koolrabi en een salade van krielaardappeltjes bij.

Gegrilde lamskoteletten met citroen-dragonboter

2 kleine uitjes of sjalotjes

4 eetlepels citroensap

2 eetlepels dragon

peper, zout

100 gr zachte boter

8 enkele lamskoteletten of
4 dubbele lamskoteletten
knoflookolie

Pel de ui of de sjalotjes, knijp ze boven een kom met een knoflookpers fijn en roer er het citroensap, de dragon, zout en peper naar smaak en de boter door.

Schep de citroen-dragonboter op een stukje vetvrij papier of aluminiumfolie en rol het op.

Laat het rolletje tenminste 30 minuten in het vriesvak opstijven.

Verwarm de grill of de barbecue voor.

Bestrijk het vlees met wat knoflookolie en leg de koteletten ± 10 minuten onder, op of tussen de hete grill; keer regelmatig.

Snijd de citroenboter in plakjes.

Leg het vlees op voorverwarmde borden en leg op ieder stukje vlees een plakje boter.

Lekker met stokbrood en salade.

Taboulehسالade met lamskoteletjes en doperwtenguacamole

Voor de taboulehسالade:

3 eetlepels olijfolie
250 gr aubergine in blokjes
300 gr grove bulghur (natuurvoedingswinkel)
2 eetlepels citroensap
2 eetlepels fijngesneden munt
2 tomaten in blokjes
1 bosje lente-uitjes in dunne ringen
zout, peper
100 gr zwarte olijven

Voor de doperwtenguacamole:

300 gr gedopte (diepvries) doperwten
1 kleine ui
2 tomaten
1 vers rood pepertje
zout
25 gr verse koriander
2 eetlepels limoensap

Voor de lamskoteletjes:

8 kleine lamskoteletjes
1 gehalveerd teentje knoflook
zout, peper
wat olijfolie
een grill of grillplaat

Tabouleh salad:

Verhit 1 eetlepel olie en bak de aubergine +- 5 minuten.

Laat ze op keukenpapier uitlekken.

Schenk in een pan zoveel kokend water over de bulghur dat die 2 1/2 cm onder staat.

Breng de bulghur met de deksel op de pan aan de kook en kook ze in 15-20 minuten zachtjes gaar.

Laat de bulghur dan in +- 1 uur afkoelen.

Vermeng de afgekoelde bulghur met de aubergine, 2 eetlepels olie, het citroensap, de munt, tomaten, lente-uitjes, zout, peper en olijven.

Doperwtenguacamole:

Pureer alle ingrediënten.

Lamskoteletjes:

Verhit de grill of grillplaat.

Wrijf de lamskoteletjes in met knoflook, zout, peper en olie en rooster ze onder de grill of op de grillplaat aan beide zijden +- 4 minuten.

Normandische lamskoteletjes

(2 personen)

6 enkele lamskoteletjes

zout, peper

2 theelepels rozemarijnnaaldjes

40 gr boter

3 gehalveerde sjalotjes

3 bosuitjes in schuine stukjes

1 teentje knoflook in plakjes

2 plakjes bacon (50 gr) in stukjes

1 blikje flageolets (± 400 gr), afgegoten

1 vleestomaat, zonder pitjes, in stukjes

Bestrooi het vlees met zout, peper en rozemarijn.

Verhit de boter in een grote koekenpan en bak het vlees in ± 5 minuten bruin; keer het halverwege.

Schuif het vlees naar de zijkant van de pan, voeg de sjalotjes, de bosui, de knoflook en de bacon toe en bak nog ± 5 minuten.

Schep de flageolets en de tomaat erdoor en verwarm nog ± 3 minuten.

Breng op smaak met zout en peper en verdeel het vlees en de groenten over 2 borden.

Lekker met rijst.

Tip: De groente wordt extra pittig als u er 1/2 eetlepel mosterd door roert.

Lamskoteletten op groenten

1 aubergine ($\pm$ 400 gr)
zout
1 winterpeen
2 takjes verse munt
1 eetlepel kruidenmix voor lamsvlees
6 eetlepels olijfolie
8 enkel lamskoteletten
1/2 theelepel gedroogde tijm
1 theelepel gedroogde oregano

Verwarm de oven voor op de grillstand.

Was de aubergine en snijd hem in de lengte in repen van $\pm$ 1 cm dik.

Bestrooi de repen met zout en laat ze 10 minuten in een vergiet uitlekken.

Spoel de aubergine af en dep hem met keukenpapier droog.

Was de winterpeen en snijd hem, met de dunschiller, in lange linten van $\pm$ 1 cm breed.

Was de munt en hak hem fijn.

Roer de munt en de kruidenmix door 3 eetlepels olijfolie en smeer de lamskoteletten met het kruidenmengsel in.

Grill de koteletten in $\pm$ 6 minuten gaar.

Keer ze halverwege de grilltijd.

Verhit intussen 2 eetlepels olijfolie in een koekenpan of wok en bak de auberginerepen met de wortellinten in $\pm$ 5 minuten gaar.

Schep de tijm en de oregano door de groenten.

Verdeel de groenten over een schaal en leg de lamskoteletten erop.

Ierse lamstoofpot

1 1/2 kg lamsschouder
zout
2 uien
1 winterwortel ($\pm$ 350 gr)
1 kleine koolraap
1 dunne prei
2 takjes peterselie
3 takjes tijm (of 2 theelepels gedroogd)
1 laurierblad
versgemalen zwarte peper
600 gr aardappelen
bouillonpoeder
worcestershiresaus

Snijd het bot en het vet van het vlees; bewaar het bot.

Snijd het vlees in grove stukken en breng die met ruim koud water en zout aan de kook.

Giet het vlees af en spoel het af.

Snijd de uien in stukken en de wortel in grove reepjes.

Schil de koolraap dik, snijd hem in plakken en snijd die in grove reepjes.

Snijd de prei in stukken van 1/2 cm.

Bind de peterselie, de tijm en het laurierblaadje met rolladetouw samen (= bouquet garni).

Doe het vlees, het bot, de uien, de wortel, de koolraap, het bouquet garni, peper en 4 dl water in een pan en laat het vlees in 1 uur gaar sudderen.

Verwijder eventueel schuim met een schuimspaan.

Schil intussen de aardappelen en snijd ze in grove stukken.

Voeg de aardappelen aan vlees toe en kook ze in 20 minuten gaar.

Verwijder het bot en het bouquet garni en breng op smaak met bouillonpoeder en enkele druppels worcestershiresaus.

Verwarm de stoofpot zachtjes.

Lekker met Iers Soda Bread of (volkoren)brood.

Irish stew I

500 gr lamsvlees

250 gr savooiekool

500 gr aardappelen

1 selderijknolletje

200 gr winterwortel

2 preien

3 uien

zout, peper

boter

bouquet garni

vleesbouillon

Snijd het vlees in dobbelsteentjes.

Snijd de savooiekool in grove snippers.

Verdeel de winterwortels in plakjes, het selderijknolletje in blokjes, de geschildte aardappelen en de uien in schijven en snipper het witte deel van de preien.

Leg dit alles, behalve de aardappelen, in lagen in een beboterde ovenschaal, het vlees onderin, de uien bovenop.

Strooi er zout en peper over, leg er verspreid 5 eetlepels boter op en voeg het bouquet garni toe.

Vul de schaal voor 3/4 met bouillon en breng het geheel aan de kook.

Neem de schaal dan van het vuur en zet hem in de oven.

Stoof het gerecht 1 uur, leg er dan de aardappelschijven en nog enkele eetlepels boter

op en stoof het geheel tot de aardappelen gaar zijn.
Verwijder voor het serveren het bouquet garni.

Irish stew II

8 lamskarbonades
4 plakken bacon
1 eetlepel braadvet
1 kg aardappelen in dikke schijven
3 wortels in plakjes
3 gesnipperde middelgrote uien
versgemalen peper
5 dl bouillon
tijm
fijngehakte peterselie als garnering

Haal de vetranden van de karbonades.

Snijd de bacon in reepjes van 2 cm, bak die in het braadvet knapperig en bruin en neem ze uit de pan.

Bak de karbonades aan beide kanten bruin en neem ze uit de pan.

Leg de helft van de aardappelen, de wortels en de uien in een pan met zware bodem, kruid ze met peper en Voeg de helft van de bacon toe.

Leg de karbonades erop en bedek ze met de rest van de aardappelen, wortels, uien en bacon.

Voeg de bouillon en tijm toe, dek de pan af en breng het geheel aan de kook.

Laat het op laag vuur $\pm$ 1 uur sudderen, tot het vlees gaar is.

Garneer met peterselie.

Irish stew III

Lamsfricandeau met aardappeldakje

(Ierland) (6 personen)

3 eetlepels fijngesneden peterselie
2 eetlepels fijngesneden tijm
2 gesnipperde teentjes knoflook
7 eetlepels olijfolie
zout, peper
2 stukken lamsfricandeau á 600 gr
4 schoongeboende aardappelen

nootmuskaat
2 eetlepels bloem
1 gesnipperd sjalotje
6 dl bouillon
1 dl rode wijn

gemengd: peterselie, tijm, knoflook, 2 eetlepels olie, zout en peper

Vouw de fricandeau open, besmeer het vlees met het mengsel en bind het met keukentouw als een rollade dicht.

Braad het vlees in de hete olie in ± 10 minuten rondom aan.

Bewaar het in koelkast.

Verwarm de oven voor op 200°C , laat de aardappelen in de oven ± 35 minuten garen, laat ze afkoelen en rasp ze grof.

Vermeng dit met 2 eetlepels olie, een mespunt nootmuskaat, zout en peper.

Schakel de oven door naar 230°C .

Snijd de fricandeau in plakken van $\pm 2\frac{1}{2}$ cm en verwijder het keukentouw.

Leg de tournedos in een braadslede, dek ze af met een schepje geraspte aardappel en besprenkel ze met wat olie.

Bak het vlees in het midden van de oven in 15-20 minuten rosé en houd het warm.

Schenk het vet uit de braadslede en zeef de jus boven een steelpan.

Voeg de bloem en de sjalot toe en kook de jus al roerend tot hij karamelkleurig is.

Voeg al kloppende de bouillon en de wijn toe.

Breng de jus aan de kook en laat inkoken tot sausdikte.

Breng op smaak met zout en peper.

Gebakken tomaatjes

(6 personen)

6 kleine tomaatjes
2 eetlepels fijngesneden peterselie
2 eetlepels fijngesneden tijm
1 gesnipperd teentje knoflook
2 eetlepels olijfolie

Snijd de kapjes van de tomaatjes en hol de tomaten iets uit.

Vermeng de kruiden en de knoflook en vul de tomaten ermee.

Zet de tomaten in een ovenschaaltje en schenk er de olie over.

Bak ze de laatste 15 minuten met de lamsfricandeau in de oven mee.

Stoofschotel met lamsvlees en Darjeeling thee

500 gr lamsvlees
boter

2 fijngesneden uien
1 eetlepel bloem
1 eetlepel kerrie
1/2 liter Darjeeling thee
200 gr in vieren gesneden champignons
1 eetlepel boter
1 blik maïskorrels
2 eetlepels crème fraîche

Bak het vlees in 2 eetlepels boter rondom bruin.

Schep het vlees uit de pan en bak in het achtergebleven vet de uien 10 minuten.

Leg het vlees in de pan terug en bestrooi het met de bloem en de kerrie.

Bak die al omscheppend 3 minuten mee, schenk er de Darjeeling thee bij, breng aan de kook en stoof het vlees in ± 2 uur op zacht vuur gaar.

Bak de champignons in 1 eetlepel boter 5 minuten en stoof ze samen met de maïskorrels de laatste 15 minuten met het vlees mee.

Breng het gerecht met zout en peper op smaak en roer er voor het serveren de crème fraîche door.

Lamstongetjes uit Ierland

2 preien
2 uien
6 lamstongetjes
5 peperbolletjes
1 kruidenbultje (peterselie, tijm, laurier)
4-5 rapen
boter
8 pasteibakjes
3 dl room
2 eetlepels pitjesmosterd
1 eetlepel mosterd
4 eetlepels fijngehakte bieslook
peper, zout

Maak de prei schoon en pel de uien.

Snipper de uien en het preigroen.

Breng de lamstongetjes met de peperbolletjes, het kruidenbultje, de uisnippers en de prei aan de kook en laat ± 45 minuten koken.

Haal dan de lamstongetjes uit het vocht en pel ze zorgvuldig.

Zeef het kookvocht en bewaar het.

Maak de rapen schoon en snijd ze in partjes.

Snijd het preiwit in kleine ruitjes.

Kook de raapjes in licht gezouten water krokant gaar.

Smelt een klontje boter, stoof de preiruitjes en breng op smaak met peper en zout.

Zet de pasteibakjes 10 minuten in een voorverwarmde oven van 150°C.
Vul de bodem van de bakjes met preiruitjes en schik er raapjes op.
Snijd de lamstongetjes in plakjes en verdeel die over de 8 bakjes.
Laat 21/2 dl van het tongvocht inkoken, voeg er de room bij en laat opnieuw 1 minuut inkoken.
Neem de saus van het vuur, meng er de mosterd door en breng op smaak met peper en zout.
Giet de saus in en rond de bakjes en bestrooi tenslotte met de fijngehakte bieslook.

Spaanse lamsstoofpot

600 gr lamsschouder
1 rode en 1 groene paprika
1-2 teentjes knoflook
500 gr sperzieboontjes
1 aubergine
1 ui
enkele lepels olie
1 glas witte wijn
zout, peper
1 flinke theelepel paprikapoeder
2 tomaten
4 grote aardappelen

Snijd het vlees in grote dobbelstenen en wrijf het in met zout en peper.
Verwarm de olie en bak het vlees snel aan alle kanten aan.
Strooi er de gesnipperde ui en knoflook tussen en laat even verder bakken.
Voeg er dan de in dunne ringen gesneden paprika's, de in stukjes gesneden sperzieboontjes en de in blokjes gesneden aubergine bij.
Scheep nog even om en laat enkele minuten verder bakken.
Voeg er dan de in plakken gesneden aardappelen bij en strooi er paprikapoeder over (eventueel wat scherpe rode peper).
Leg er tenslotte de gepelde en in plakken gesneden tomaten op en giet er de voorverwarmde wijn over.
Dek de pan af, zet hem in een goed voorverwarmde oven van 180 gr en laat het gerecht daarin zachtjes in een klein uurtje gaar worden.
Serveer met peterselie bestrooid.

Stoofpotje van paprika en lamsvlees

2 uien
500 gr lamsvlees
zout, peper
olie
1/2 dl bouillon
1 teentje knoflook
1 rode en 1 groene paprika
1 aubergine
300 gr tomaten
peterselie

Pel de uien en snijd ze in stukken.

Bestrooi het lamsvlees met peper en zout.

Verhit 3 eetlepels olie en bak het vlees en de uien bruin.

Schenk er de bouillon bij.

Knijp de knoflook erboven uit.

Stoof het vlees 1 1/2 uur.

Maak de paprika's schoon en snijd ze in grove stukken.

Snijd de aubergine in plakken, bestrooi deze met zout en laat ze 15 minuten rusten.

Spoel de plakken af, dep ze droog en snijd ze in stukken.

Snijd de tomaten in vieren.

Verhit 2 eetlepels olie en bak de aubergine goudbruin.

Voeg de paprika's en tomaten toe en bak ze ± 5 minuten mee.

Voeg dit allemaal toe aan het lamsvlees en laat het nog ongeveer 15 minuten stoven.

Bestrooi het gerecht met peterselie.

Lekker met rijst.

Lamsstoofschotel met krieltjes en peultjes

(2 personen)

2 sjalotjes
50 gr peultjes
300 gr lamsbout zonder been
25 gr boter
1 theelepel kerriepoeder
zout, peper
1 zakje wortelballetjes á 100 gr
1/2 zakje mini-krieltjes á 450 gr
1 theelepel (verse) rozemarijnnaaldjes
1 dl witbier

Pel de sjalotjes en snijd ze in vieren.

Was de peultjes en haal ze af.

Snijd het vlees in niet te kleine blokjes.

Verhit de boter in een braadpan, roer het kerriepoeder door het bakvet en bak het vlees rondom bruin.

Strooi er zout en peper over.

Voeg de sjalotjes, de peultjes, de wortelballetjes, de krieltjes en de rozemarijn toe en schenk het bier er langs de rand van de pan bij.

Breng het geheel aan de kook en stoof het vlees en de groenten afgedekt in 15-20 minuten zachtjes gaar.

Breng het gerecht op smaak met zout en peper.

Lekker met bruin stokbrood.

Stoofschotel van lam

(6 personen)

1 grote koolrabi

100 gr boter

750 gr mager lamsvlees in blokjes van 2 cm

1 eetlepel bloem

2 dl rode wijn

1 blik gepelde tomaten

3 uitgeperste teentjes knoflook

5 eetlepels fijngehakte gemengde kruiden, bijvoorbeeld peterselie, tijm, rozemarijn, dragon en kervel

150 gr ontbijtspek in blokjes

150 gr sjalotjes in dunne ringen

zout, peper

allesbinder

meloenboor

Halveer de koolrabi en steek er met een meloenboor bolletjes uit.

Verhit 75 gr boter in een braadpan en bak het vlees rondom bruin.

Strooi er de bloem erover en schep om.

Doe de wijn erbij en meng goed.

Voeg de tomaten, de knoflook, 3 eetlepels kruiden en de bolletjes koolrabi toe.

Bak het spek in de rest van de boter spek ± 8 minuten uit.

Doe de sjalot erbij en bak nog ± 5 minuten.

Schep het spek en de sjalot door het vleesmengsel en laat met het deksel op de pan ± 1 1/2 uur zacht koken.

Breng op smaak met zout en peper en bind het vocht desgewenst met allesbinder.

Warm alles nog even goed door en bestrooi het gerecht voor het serveren met de rest van de kruiden.

Lekker met tagliatelle.

Lamsvleesstoofpot

(6 personen)

3 eetlepels olie

800 gr-1 kg lamsvlees in dobbelstenen van 4 x 4 cm

150 gr mager ontbijtspek in reepjes

25 kleine uitjes

1 kleine winterwortel in plakjes

2 stengels bleekselderij in plakjes

2 geperste teentjes knoflook

2 eetlepels bloem

1 fles rode wijn, bijvoorbeeld Rousillon

2 dl vleesbouillon van tablet

1 bouquet garni van 2 takjes tijm, 3 peterseliestelen en 1 blaadje laurier

2 stengels bleekselderij

2 kruidnagels

zout, peper

200 gr champignons in vieren

200 gr kerstomaatjes

Verhit 2 eetlepels olie en bak het vlees hierin rondom bruin.

Schep het vlees uit de pan en bak het spek in het achtergebleven braadvet in 10 minuten bruin.

Roer de uitjes, wortel, bleekselderij en knoflook erdoor en bak ze 10 minuten mee.

Leg het vlees terug in de pan, strooi de bloem erover en bak die al roerend 3 minuten.

Verwarm de wijn in een steelpan, schenk hem over het vlees en roer alles goed door.

Schenk er eventueel wat bouillon bij; het vlees moet net onder staan.

Voeg het bouquet garni, zout en peper toe en laat het vlees afgedekt op zacht vuur (of in een oven van 160°C) 2 uur stoven.

Bak de champignons 20 minuten voor het einde van de stooftijd op hoog vuur 5 minuten in 1 eetlepel olie.

Schep de champignons en de tomaatjes bij het vlees en stoof ze 15 minuten mee.

Bring het gerecht met zout en peper op smaak.

(Bind de saus eventueel met een klontje beurre manié.

Serveer met kleine gekookte aardappelen.

Beurre manié

Beurre manié is een mengsel van gelijke delen boter en bloem. Boter en bloem worden tot een pasta geknead en met kleine klontjes tegelijk door een saus geroerd om deze te binden.

Beurre manié kan heel goed in de diepvries worden bewaard.

Stoofschotel van Chinese kool en lamsschouder

30 gr boter
2 eetlepels olie
600 gr lamsschouder zonder been in reepjes
2 dl vleesbouillon (van tablet)
750 gr grof gesneden Chinese kool
6 grof gesneden lente-uitjes
zout, peper
3 eetlepels fijngesneden koriander

Verhit de boter en de olie en bak de lamsschouder op hoog vuur in 4 minuten rondom bruin.

Blus af met 1/2 dl bouillon en laat die verdampen.

Voeg de kool en de lente-ui toe en stoof ze omscheppend 4 minuten mee.

Blus met 1 1/2 dl bouillon en breng op smaak met zout, peper en koriander.

Lekker met rijst of pasta.

Romige lamssstoof

600 gr lamslappen
versgemalen peper en zout
2 rode uien
2 teentjes knoflook
25 gr boter
100 gr gerookt spek in reepjes
1 theelepel kerriepoeder
1 theelepel gemberpoeder
1 dl room culinair
1 eetlepel groene pesto

Snijd het vlees in dobbelstenen en bestrooi ze met zout en peper.

Snipper de uien en de knoflook.

Verhit de boter in een braadpan en bak de spekreepjes hierin uit.

Schep ze uit de pan en fruit dan de ui en de knoflook.

Schep ook deze uit de pan en braad het vlees rondom aan.

Bestrooi met het kerrie- en gemberpoeder.

Voeg het ui-knoflookmengsel weer toe, schenk er een beetje water bij en laat het vlees in 1 1/2 uur gaar stoven.

Voeg de room en de pesto toe en bind eventueel met wat allesbinder.

Lekker met tagliatelle en venkel.

Lamsschouder met kruiden

(4-6 personen)

1 lamsschouder van 900 gr
2-3 eetlepels olie of boter
3 tenen knoflook
4 eetlepels Pastis (Pernod, Ricard)
2 tomaten
1 glas droge witte wijn
zout, peper
1 eetlepel fijngeknipte tijm
1 eetlepel fijngeknipte dragon
1 eetlepel fijngeknipte kervel

Braad het vlees in zijn geheel in de hete olie of boter aan (of, zonder bot, in blokken van elk ± 50 gr).

Neem het vlees, zodra het aan alle kanten is aangebraden uit de pan en leg het op een schaal.

Pel de tenen knoflook en snijd ze in repen.

Blancheer de knoflook even in kokend water, laat ze uitlekken, dep ze droog en doe ze in de nog hete braadpan over.

Leg het vlees terug in de braadpan, verwarm het op laag vuur en schenk de pastis bij het vlees.

Was en droog de tomaten, snijd ze in stukken en voeg ze met de wijn aan het vlees toe.

Breng alles op smaak met zout en peper.

Zet de pan in een op 170°C voorverwarmde oven en laat het vlees in ± 35 minuten gaar worden.

Voeg aan het eind van de bereidingstijd de fijngeknipte tuinkruiden toe en serveer direct.

In karnemelk gepocheerd lamsvlees

600 gr lamsvlees in blokjes
1 groene paprika
1 gesnipperde ui
witte peper
1 winterwortel
2 theelepels karwijzaad
cayennepeper
3 1/2 dl kippenbouillon
2 1/2 dl boerenlandkarnemelk
1 1/2 eetlepel maïzena
250 gr eiernoedels

zout

Zet een grote stoofpan op middelhoog vuur en verhit er de olie in.

Voeg de paprika en de ui toe en blijf geregeld omscheppen tot de ui na ± 5 minuten glazig is.

Doe er dan het vlees, zout, wat peper, de wortel, het karwijzaad, een vleugje cayennepeper en de bouillon bij.

Laat de bouillon tegen de kook aan komen en maak intussen de maïzena met de karnemelk aan.

Roer dit door de kokende bouillon, leg een deksel op de pan en zet het vuur laag.

Laat het lamsvlees in ± 45 minuten gaar worden.

Breng 3 liter water met zout aan de kook, voeg de noedels toe en kook ze al dente.

Laat de noedels daarna uitlekken en schep ze op een dienschaal.

Schep er het lamsvlees over en dien het gerecht onmiddellijk op.

Lamscurry I

600 gr lamsvlees

1 grote aardappel (± 150 gr)

1 grote ui

2 teentjes knoflook

3 eetlepels (zonnebloem)olie

3 theelepels Kerrie Djawa (30 gr, Conimex)

1 zakje santen (30 gr, Conimex)

11/2 dl volle yoghurt

1 kruidenbouillontablet

zout, peper

500 gr panklare broccoliroosjes

Snijd het vlees in stukken.

Schil de aardappel, was hem en snijd hem in stukken.

Pel de ui en de knoflook en snipper ze fijn.

Verhit de olie in een braadpan, braad het vlees al omscheppend ± 5 minuten en schep het dan op een bord.

Fruit de ui ± 2 minuten in het achtergebleven bakvet.

Voeg de knoflook en de Kerrie Djawa toe en bak het ± 2 minuten.

Voeg de santen, de yoghurt (op kamertemperatuur) en de aardappel toe, verkruimel het bouillontablet erboven en voeg het vlees weer toe.

Laat de lamscurry afgedekt in ± 30 minuten gaar stoven.

Breng op smaak met zout en peper.

Kook de broccoli in ruim kokend water met zout in ± 5 minuten beetgaar en laat uitlekken.

Maak op een schaal een broccolirand en schep de lamscurry er middenin.

Lamscurry II

1 ui
3 teentjes knoflook
1 dikke plak (lams)ham ($\pm$ 100 gr)
600 gr lamsboutschijven
25 gr boter
1/2 blikje tomaatblokjes (netto 500 gr)
2 theelepels tijm
1 theelepel gemalen piment
1 theelepel kaneelpoeder
zout, peper
1/2 kippenbouillontablet
30 gr santen (zakje, Conimex)
3 eetlepels crème fraîche
2 takjes peterselie
1 eetlepel citroensap

Pel en snipper de ui en de knoflook.

snijd de ham en het lamsvlees in blokjes.

Verhit de boter in een (braad)pan en fruit de ui en de knoflook in $\pm$ 2 minuten zachtjes glazig.

Roer er de ham, de tomaatblokjes, de tijm, de piment, het kaneelpoeder, zout en peper door en bak alles afgedekt zachtjes $\pm$ 3 minuten.

Voeg het lamsvlees toe en bak het $\pm$ 5 minuten zachtjes mee.

Verkruimel er het bouillontablet boven en roer er 2 dl water, de santen en de crème fraîche door.

Breng het al roerend aan de kook en stoof het lamsvlees in $\pm$ 30 minuten zachtjes gaar.

Roer het citroensap erdoor en breng op smaak met zout en peper.

Bestrooi met fijngeknipte peterselie.

Lamscurry III

600 gr lamslappen in grote dobbelstenen
zout
bloem
75 gr boter
1 grote gesnipperde ui
3 theelepels kerrie
1 theelepel gemberpoeder
1 theelepel fijngewreven korianderzaadjes
1 gesnipperde zure appel
1 bekertje Bulgaarse yoghurt

Bestrooi het vlees met zout en bloem.

Verhit de boter in een braadpan en bak hierin de stukken vlees even aan alle kanten aan.

Matig het vuur en voeg de uisnippers, kerrie, gemberpoeder, koriander en appelsnippers toe.

Laat het geheel onder goed omschudden even bakken en giet er dan 1 dl heet water bij.

Laat de curry met het deksel op de pan 2-3 uur stoven.

Voeg een kwartier voor het einde van de stooftijd de licht voorgewarmde yoghurt toe en roer goed door.

Lamscurry IV

500 gr lamslappen

1 grote ui

1 teentje knoflook

60 gr boter

zout, peper

1 afgestreken eetlepel kerrie

1 appel

1 dl bouillon

2 eetlepels yoghurt

citroensap

Snijd het vlees in dobbelstenen in wrijf het in met zout, peper en citroensap.

Snipper de ui, de knoflook en de appel en fruit ze met de kerrie tot alles goudgeel is.

Voeg het vlees toe en laat alles samen zachtjes verder fruiten tot het vlees kleur heeft.

Voeg de bouillon toe en laat het geheel met het deksel op de pan ± 2 uur sudderen.

Voeg er dan de yoghurt bij en laat nog eens 20 minuten stoven.

Serveer met pilavrijst.

lamscurry V

500 gr lamslappen

100 gr boter of reuzel

1 grote ui

2 teentjes knoflook

1/2 theelepel verse gemberwortel

2 vleestomaten

1 theelepel koenjit

2 theelepels gedroogde tijm

1 laurierblad
peper, zout
1 theelepel verse sereh
1 eetlepel citroensap
2 eetlepels Bulgaarse yoghurt

Snijd het lamsvlees in blokjes en bestrooi die met zout en peper.
Smelt de boter (of liever nog de reuzel) in een braadpan en bak het vlees rondom bruin.

Snipper de ui en de knoflook en snijd de gemberwortel en de sereh fijn.

Laat de ui, de knoflook en de gember even mee kleuren.

Ontvel de tomaten en snijd ze in plakken.

Voeg de tomaten, de koenjit, de tijm, zout, peper, de sereh, het laurierblad en de yoghurt toe en laat de curry met het deksel bijna dicht op de pan ± 50 minuten zachtjes stoven.

Schep het gerecht van tijd tot tijd door.

Lamscurry VI

2 teentjes knoflook
1/2 citroen
500 gr lamsbout
2 eetlepels zonnebloemolie
1 zakje Tikka Masala Curry Base (80 gr, Patak's)
2 pakjes Creamy Coconut (à 200 ml, Blue Dragon)
1 zakje garneeramandelen (Baukje)
1 bosui

Pel de knoflook.

Pers de citroen uit.

Snijd de lamsbout in stukken.

Verhit de olie in een braadpan en bak het vlees in ± 4 minuten aan.

Voeg het citroensap, de Tikka Masala en 1 dl warm water toe, pers de knoflook erboven uit en stoof het vlees afgedekt op laag vuur in ± 35 minuten gaar.

Voeg de laatste 15 minuten de kokoscrème toe en breng eventueel op smaak met zout.

Rooster de amandelen in een droge koekenpan goudbruin en garneer de lamscurry met de amandelen en met reepjes bosui.

Tip: Bij deze pittige curry smaakt een bijgerecht van door gekookte witte rijst geschepte mangoblokjes, komkommerblokjes, koriander en Bulgaarse yoghurt lekker fris.

Lamscurry met hazelnoten

2 uien
1 bloemkool
4 vastkokende aardappelen
100 gr blanke hazelnoten
50 gr boter
500 gr lamspoelet
2 eetlepels bloem
3 eetlepels bloem
3 eetlepels kerrie
2 eetlepels tomatenpuree
1/2 liter groentebouillon (van tablet)
2 dl dikke kokosmelk
zout
2 dl yoghurt op kamertemperatuur

Pel en snipper de uien.

Verdeel de bloemkool in kleine roosjes.

Schil de aardappelen en snijd ze in vieren.

Hak de hazelnoten grof.

Verhit de helft van de boter in een braadpan, roerbak de uien $\pm$ 3 minuten en schep ze uit de pan.

Verhit de rest van de boter in dezelfde pan en bak de stukjes vlees rondom bruin.

Roer er achtereenvolgens de bloem, de kerrie, de tomatenpuree en de bouillon door, voeg de uien weer toe en breng het geheel aan de kook.

Laat het vlees met het deksel op de pan in 1 1/2-2 uur zachtjes gaar sudderen.

Voeg $\pm$ 15 minuten voor het verstrijken van de kooktijd de bloemkoolroosjes, de stukjes aardappel en de kokosmelk toe.

Breng op smaak met zout en roer er van het vuur af de hazelnoten en de yoghurt door. Serveer direct.

Lamsvleesschotel 'Napolitano'

(2 personen)

1 grote rode ui
100 gr worteltjes
1 stengel bleekselderij
300 gr lamspoelet
peper, zout
2 eetlepels olijfolie
1 geperst teentje knoflook
2 eetlepels tomatenpuree
1 theelepel scherpe mosterd

1 dl kippenbouillon (van tablet)
1 dl rode wijn
1 eetlepel verse kruiden zoals: tijm, rozemarijn, oregano of 1 eetlepel pesto
1 kleine pot witte bonen naturel

Maak de ui schoon en snijd hem grof.

Schrap de worteltjes en snijd ze in plakjes.

Verwijder de draden van de bleekselderij en snijd de stengel in boogjes.

Strooi peper en zout over het vlees.

Verhit de olie in een diepe braadpan en schep er het vlees op hoog vuur in om.

Voeg de ui, wortel, bleekselderij en knoflook toe, bak alles kort op hoog vuur en roer er dan de tomatenpuree en de mosterd door.

Voeg de wijn, de bouillon en de kruiden toe.

Zet, als alles kookt, het vuur laag, sluit de pan en laat het vlees in $\pm$ 20 minuten zachtjes gaar trekken.

Desgewenst kunt u het vocht daarna met wat allesbinder binden.

Laat de witte bonen uitlekken, schep ze door de lamsschotel en warm ze kort mee.

Serveer het gerecht met een pasta naar keus.

Lamslappen

400 gr lamslappen

$\pm$ 100 gr boter

1/2 kleine ui

1 tomaat of 1/2 eetlepel tomatenpuree

Zout de lappen en laat het zout 10 minuten intrekken.

Laat de boter bruin worden, schroei de lappen hierin dicht en bak ze aan weerskanten goudbruin.

Bak op het laatst de kleingesneden ui mee.

voeg de gesneden tomaat of de tomatenpuree toe en doe er zoveel water bij dat al het bezinksel juist oplost.

Laat het al roerend aan de kook komen en stoof het vlees, onder nu en dan keren, op laag vuur in 30-45 minuten zachtjes gaar.

Schenk zo nodig wat water bij de jus en breng de jus weer aan de kook.

Variatie: Pittige lamslappen

Vervang de tomaten(puree) door 1 theelepel kerrie en desgewenst 1 mespunt gemberpoeder en strooi dit met het zout op de lappen.

Voeg aan de jus 1 theelepel gemalen kokos toe.

Lamsvlees met rozijnen, gestoofd in Liefmans Goudenband

750 gr ontbeende lamsbout (bijvoorbeeld Texels zuiglam)

1 ui
2 eetlepels tomatenpuree
3 teentjes knoflook
1 takje tijm
75 gr rozijnen
4-5 eetlepels zonnebloemolie
1 dl runderbouillon
4 dl Liefmans Goudenband
2 eetlepels gehakte bieslook
versgemalen peper, zout

Week de rozijnen een paar uur in het bier.

Snijd de ontbeende lamsbout in blokjes en braad die in een braadpan in de hete zonnebloemolie aan tot ze goudbruin zijn.

Zet het vuur laag en voeg de fijngehakte ui, de gekneusde teentjes knoflook, de tomatenpuree, de tijm, de runderbouillon en de helft van het bier toe.

Meng alles goed door het vlees en laat het 1 uur zachtjes stoven.

Voeg een kwartier voor het einde van de stooftijd de geweekte rozijnen en de rest van het bier toe en laat nog door garen.

Voeg naar smaak peper en zout toe.

Haal het vlees uit de pan en houd het warm.

Laat het kookvocht nog wat inkoken en verwijder het takje tijm.

Doe het vlees terug in de saus en serveer ze samen op voorverwarmde borden.

Garneer met de fijngehakte bieslook.

Serveer met bijvoorbeeld (kastanje)puree, in boter gestoofde broccoli en/of witlof en drink er een licht gekoeld glas Liefmans Goudenband bij.

Lamsvlees met sinaasappel-muntsaus

(2 personen)

2 plakken lamsbout
zout, peper
1 theelepel knoflookpasta
25 gr boter
2 takjes munt
2 eetlepels sinaasappelmarmelade
1 1/2 dl sinaasappelsap met vruchtvlees
allesbinder

Bestrooi het vlees met zout en peper en bestrijk het met de knoflook.

Verhit de boter in een koekenpan en bak de plakken lamsbout in ± 10 minuten aan beide kanten bruin en rosé.

Hak intussen de munt fijn (houd 2 toefjes achter).

Neem het vlees uit de pan en roer de marmelade en het sinaasappelsap door

het bakvet.

Breng het aan de kook en bind de saus licht met allesbinder.

Roer de fijngehakte munt erdoor en breng de saus op smaak met zout en peper.

Leg het vlees op 2 borden en schenk de saus er gedeeltelijk over en omheen.

Garneer met toefjes munt.

Geef er gegratineerde aardappelpuree met geitenkaas en veldsla bij.

Aubergine-casserole

2 grote aubergines

400 gr in stukjes gesneden lamslappen

1 grote ui

1 of meer teentjes knoflook

4 eetlepels boter

1 grote gepelde en in stukjes gesneden vleestomaat

1 theelepel oregano

zout, peper

2 theelepels paprikapoeder

1 theelepel oregano

Snipper de ui en de knoflook.

Bak de stukjes vlees met de ui en de knoflook in de helft van de boter.

Voeg de tomaat, peper, zout, paprikapoeder, oregano en een kopje water toe en laat alles 1 uur zachtjes stoven tot het vlees zo goed als gaar is.

Snijd de aubergines in plakjes en bak die in de rest van de boter snel aan.

Strooi er wat paprikapoeder en zout op.

Bestrijk een ovenschaal met boter, leg er de plakjes aubergine in en daarop het vleesmengsel.

Voeg zo nodig nog wat warm water toe.

Dek de schaal met folie af, zet hem in een voorverwarmde, matig hete oven (175°C) en laat het gerecht ± 30 minuten bakken.

Geef er pilavrijst bij.

Bruine bonen uit de oven

1 literblik bruine bonen

1 blikje kidneybonen

1 mini-blikje maïskorrels

250 gr lamsshoarmavlees

1 eetlepel zonnebloemolie

1 rode ui

1 teentje knoflook
versgemalen zwarte peper, zout, chilipoeder
1 dl tomato fritto
paneermeel
boter

Laat de bonen en de maïskorrels uitlekken.
Bak het shoarmavlees in de verhitte olie rondom bruin.
Snipper de ui en bak die samen met de knoflook uit de pers 2 minuten mee.
Voeg peper, zout en chilipoeder naar smaak toe en roer de tomato fritto erbij.
Scheep de bonen erdoor en warm alles goed door.
Doe het over in een ovenschaal en bestrooi met paneermeel.
Leg hier en daar een vlokje boter en laat in een vrij hete oven (200°C) in ± 15 minuten een knapperig korstje krijgen.
Lekker met abrikozenpartjes (blik) en ijsbergsla.

Gekruid lamsvlees met wortelen

750 gr lamsvlees in blokjes
500 gr geschrapte wortelen
3 eetlepels olie
1/2-3/4 liter hete vleesbouillon
1/2 theelepel oregano
1/2 theelepel basilicum
1 theelepel salie
1 theelepel rozemarijn
1 teentje knoflook
150 gr gekookte rijst
zout

Snijd de wortelen klein.
Verhit in een braadpan de olie en braad het vlees rondom bruin.
Roer de wortelen erdoor en giet er de hete bouillon bij.
Voeg de kruiden toe en pers de knoflook erboven uit.
Roer alles goed door en laat het met het deksel op de pan 45 minuten zachtjes koken.
Roer er 5 minuten voor het einde van de kooktijd de rijst door.
Maak het gerecht op smaak met zout en serveer het zeer heet.

Röstischotel

300 gr lamsvlees in blokjes
1 ui
50 gr boter

peper, zout
1 theelepel kerrie
1 theelepel paprikapoeder
1 pak diepvriesrösti
50 gr ontpitte groene olijven
2 eetlepels gehakte peterselie

Snipper de ui.

Laat de boter heet worden en bak het vlees hierin rondom goudbruin en strooi er peper en zout over.

Doe de uisnippers bij het vlees en fruit ze even mee.

Voeg de kerrie en het paprikapoeder toe, doe de rösti erbij en schep alles goed door.

Bak het gerecht ± 15 minuten; schep zo nu en dan om.

Snijd de olijven in plakjes en roer die met de peterselie door de rösti.

Rendang

500 gr lams- of schapenvlees
1 grote ui
verse gemberwortel
1 teentje knoflook
5 dl dunne santen
pijpkaneel
zout, peper
enkele kruidnagels
arachideolie
djintenpoeder, pimentpoeder
ketoembar, djahé
een stukje gedroogde kokos
citroensap
1 dl dikke santen

Snijd de ui in dunne ringen, rasp 3 theelepels gemberwortel, pel het knoflookteentje en doe alles - van de ui echter de helft - samen met een paar eetlepels santen in een blender, waarin u het tot een gladde massa vermaalt.

Giet deze over het in dobbelstenen gesneden vlees en meng alles goed door elkaar.

Fruit de rest van de uiringen, samen met een stukje pijpkaneel, een snufje zout en een paar gekneusde kruidnagels in wat arachideolie tot de ui glazig wordt.

Schep er dan het vlees bij en bak het, al omscheppend, tot het lichtbruin wordt.

Voeg nu - een mespunt van elk - djintenpoeder, peper en piment, 1 theelepel ketoembar, een snufje djahé, 2 eetlepels geraspte kokos en de dunne santen toe en roer alles goed door.

Breng het geheel aan de kook en laat het ± 10 minuten doorkoken, terwijl

u de massa met een pollepel voortdurend in beweging houdt.
Zet het vuur dan lager en laat het vlees gaar sudderen.
Roer er een paar eetlepels citroensap door en houd de pan op het vuur tot het meeste vocht is verdampt.
Voeg er, al roerend, de dikke santen bij en laat het gerecht doorsudderen.
Als de olie zich begint af te scheiden is de rendang klaar om te worden opgediend.
Geef er drooggekookte rijst bij.

Saté kambing Madura I

(5 personen)

500 gr mager lams- of geitenvlees
1 fijngeraspt uitje
2 fijngestampde teentjes knoflook
1/2 theelepel zout
1 theelepel sambal oelek
1/2 theelepel trassi
1 eetlepel tamarindevocht
1 eetlepel sojasaus (manis)
2 eetlepels geraspte kokos, (vers of gedroogd)

Snijd het vlees in dobbelstenen.

Meng de ui met de overige ingrediënten goed door elkaar.

Als u gedroogde kokos gebruikt, moet u die van tevoren te met 1 1/2 eetlepel kokend water besprenkelen en daarna goed omscheppen.

Leg de stukjes vlees in de marinade en laat het 2 uur in de keuken staan (in de koelkast mag ook, maar reken dan op een marineertijd van 4 uur of meer).

Steek de stukjes vlees aan houten bamboestokjes en rooster ze onder een niet al te hete grill of boven de barbecue.

Let erop, dat de kokos niet verbrandt.

Geef er rijst en een satésaus bij.

Saté kambing Madura II

500 gr ontbeende lamsbout in dobbelstenen
3 theelepels tamarinde- of citroensap
Fijn te stampen ingrediënten:
4 rode Spaanse pepers
6 sjalotjes
3 teentjes knoflook
4 drooggebakken kemiries
125 gr drooggebakken geraspte kokos

1 dessertlepel bruine suiker
3 theelepels zout
2 theelepels drooggebakken ketoembar
1/2 theelepel drooggebakken djinten
1 cm gember
1 cm drooggebakken trassi

Smeer de stukjes vlees in met de fijngestampde ingrediënten en het tamarindesap en laat dit tenminste 45 minuten intrekken.

Rijg het vlees aan satéstokjes en bak de saté boven een houtskoolvuur of onder de grill bruin en gaar.

Serveer heet met een satésaus.

Saté uit Bali

250 gr varkenshaas
250 gr lamsbout
2 uien
3 tenen knoflook uit de knijper
1 blaadje djeroek poeroet
1 theelepel gemberpoeder of 2 theelepels geraspte verse gemberwortel
1 1/2 theelepel trassi
1 theelepel sambal oelek
het sap van 1/2 citroen
2 eetlepels santen
1 eetlepel vloeibare tamarinde
1 theelepel koenjit

Los de santen op in een kopje heet water en laat dit mengsel afkoelen.

Maak de uien schoon en snipper ze.

Wrijf de ui, knoflook, djeroek poeroet, gember, trassi, sambal, koenjit en tamarinde tot een brij.

Giet het citroensap en de santen hierbij en schep alles goed om.

Snijd het varkensvlees en lamsvlees in niet te kleine dobbelstenen.

Doe het vlees bij de saus, schep alles goed om en laat het vlees 2 uur marineren.

Haal het dan uit de marinade en dep het met keukenpapier droog.

Rijg het aan pennen of houten stokjes en rooster de saté's gaar.

Saté van schapenvlees

500 gr schapen- of lamsbout
5 eetlepels vloeibare tamarinde
1 eetlepel sambal manis

3 tenen knoflook uit de knijper
4 gepofte kemirienoten
2 theelepels ketoembar
1 theelepel djinten
2 theelepels versgeraspte gemberwortel of 1 theelepel gemberpoeder

Maak een brij van de sambal, knoflook, ketoembar, djinten, gemberwortel en de vloeibare tamarinde.

Snijd het vlees in niet te kleine dobbelstenen of vraag uw slager, dit voor u te doen.

Wrijf het vlees in met de marinade en laat het minstens 1 uur intrekken.

Rijg het vlees aan stokjes of pennen en rooster het onder de grill of op de barbecue.

U kunt er een sojasaus bij serveren.

Saté asem manis (zoetzure saté)

1/2 kg mals schapenvlees (met een randje vet)
2 eetlepels zachte boter
1 stukje asem ter grootte van een walnoot
3 eetlepels gesnipperde uien
2 gesnipperde teentjes knoflook
1 theelepel djinten
1 theelepel zout
1 eetlepel Javaanse suiker
1 eetlepel ketjap

Maak van de asem met 2 eetlepels water een papje en zeef dit.

Snijd het vlees in dobbelsteentjes van $\pm$ 2 cm en haal de zeentjes weg.

Wrijf de uien, de knoflook, de djinten en het zout tot een brij.

Voeg er de ketjap, de suiker en het asemwater aan toe en vermeng dit met het vlees.

Roer er ook de boter door en laat deze marinade $\pm$ 1 uur inwerken.

Rijg de dobbelsteentjes vlees aan bamboepennen, 4-5 per pen.

Rooster ze eerst zacht en later, vlak voor het opdienen, op een goed aangewakkerd houtskoolvuurtje.

Smeer ze tijdens het roosteren enige malen met de marinade in.

U kunt de saté's ook onder de grill roosteren, eerst zacht en later op kortere afstand van de grill.

Geef er een ketjapsaus bij, gemaakt van 2 gesnipperde teentjes knoflook, fijngewreven met 1 theelepel sambal trassi en afgemaakt met 2 eetlepels ketjap en citroensap.

Saté kambing I

350 gr lamsboutvlees

1 1/2 dl ketjap manis
1/2 citroen
1 groene chilipeper
peper, zout

Snijd het vlees in langwerpige stukjes en marineer die in de ketjap, op smaak gebracht met citroensap, peper en zout.

Voeg er de fijngehakte chilipeper aan toe en laat het vlees ± 6 uur marineren. Rijg het vlees aan stokjes en rooster ze.

Saté kambing II

400 gr lamsvlees
4 tenen knoflook
1 dl ketjapsaus

Marineer het in blokjes gesneden lamsvlees ± 12 uur in ketjapsaus met de fijngesneden knoflook.

Rijg ze op satéstokjes en grill ze op houtskool tot ze mooi bruin zijn. Geef er een ketjapsaus bij.

Lamsribstuk

1 lamsribstuk
1 potje manukahoning
zeezout
venkelblaadjes
rozemarijnblaadjes
versgemalen groene peper
500 gr grove postelein
vinaigrette met 1 theelepel honing
fyllodeeg uit de diepvries
boter

Maak eerst een fyllobakje.

Snijd vierkantjes uit het deeg en leg ze overlappend in een ingevet metalen kommetje, zodat over de rand van de kom een driedubbele rij puntjes hangt.

Bestrijk de buitenkantjes met gesmolten boter en bak het bakje 20-25 minuten in een op 160°C voorverwarmde oven.

Neem het bakje uit de oven en zet de oven op 225°C.

Steek de botjes van het lamsribstuk kruiselings in elkaar, zodat een 'blok' ontstaat waaruit u tweelingkoteletjes kunt snijden.

Kwast het vlees aan alle kanten dun met honing in en strooi er zeezout, rozemarijnblaadjes, venkelblaadjes en versgemalen peper over.

Zet het vlees 12 minuten in de oven; het heeft dan een korstje, maar is van binnen nog roze.

Vul het bakje met de grove postelein, vermengd met de vinaigrette en serveer dit met het vlees.

Lamsribstuk met kruidenkorst

Maak een mengsel van 100 gr droog broodkruim, 3 eetlepels verse kruiden (bijvoorbeeld peterselie, tijm en rozemarijn), 1 geperst teentje knoflook en 2 eetlepels olijfolie

Bruin het lamsribstuk in een ovenvaste braadpan aan en gaar hem daarna 10 minuten in een oven van 200°C.

Smeer het vlees in met mosterd, bedek hem met het broodkruimmengsel en zet hem vervolgens 10-15 minuten terug in de oven.

Neem de pan uit de oven, leg het ribstuk op een warm bord en laat hem, afgedekt met aluminiumfolie, 5 minuten rusten.

Zet de pan op het vuur en deglaceer met water of wijn.

Lamsribstuk met hazelnootsaus

(6 personen)

2 lamsribstukken

4 1/2 dl bruine fond

1 1/4 dl droge witte wijn

175 gr meiknolletjes

60 gr geroosterde hazelnoten

zout, peper

1 eetlepel Olijfolie

Verwarm de oven voor op 225°C.

Doe voor de saus de fond en de wijn in een pan en kook ze op hoog vuur 8-10 minuten tot ± de helft in.

Voeg de meiknolletjes toe en laat ze in een afgesloten pan ± 5 minuten beetgaar trekken.

Zet de pan dan weg.

Verhit de olie in een zware koekenpan.

Schroei de stukken vlees hierin aan, leg ze dan in een braadslee en bestrooi ze met versgemalen peper en zout.

Braad het vlees daarna in de oven en reken 5 minuten voor rood van binnen en 10 minuten voor rosé van binnen.

Wacht tot het vlees bijna uit de oven kan en zet dan de pan met de saus terug op het vuur.

Roer er de stukjes hazelnoot door en warm de saus goed door.
Snijd het vlees, schik de plakken op 6 borden, verdeel er de saus over en serveer direct.

Gebraden lamsribstuk

Een lamsribstuk is één stuk vlees dat bestaat uit 6-8 lamskarbonaadjes.
Braad een lamsribstukje in een ovenvaste braadpan in boter rondom bruin.
Zet de pan in een voorverwarmde oven (200°C) en laat het ribstukje nog ± 12 minuten in de oven verder braden.
Het vlees is nu mooi rosé; wilt u het meer doorbakken, braad het dan nog ± 15 minuten.

Gebraden lamsrib met meiknolletjes, sjalottencompote en lamsjus

2 lamsribstukken (bij voorkeur met elk 6 koteletjes)
2 meiknolletjes
melk
1 takje tijm
250 gr sjalotjes
3 kruidnagels
1 teentje knoflook
4 eetlepels geraspte oude kaas
2 dl lamsjus
olijfolie
peper, zout

Verwarm de oven voor op 175°C.

Braad de lamsribstukken in hete olie rondom aan, bestrooi ze met peper en zout en braad het vlees in de oven rosé.

Laat het vlees daarna, gewikkeld in aluminiumfolie, even rusten.

Snijd de meiknolletjes in plakjes van ± 3 mm dikte, steek hier met een uitsteekrondje rondjes van 3 cm doorsnee uit en kook de plakjes in wat melk met de tijm beetgaar.

Pel de sjalotjes, snijd ze in kleine plakjes en kook die in wat melk met de kruidnagels en de knoflook gaar.

Laat de sjalottencompote op keukenpapier wat uitlekken en verdeel het over het midden van 4 ovenvaste borden.

Leg de meiknolplakjes hier dakpansgewijs op, bestrooi ze met wat kaas en laat de kaas in de oven snel gratineren.

Snijd de lamsribstukken in koteletjes en leg deze op de borden.

Schenk de hete lamsjus rond het gerecht.

Lamskroon

(4-6 personen)

2 lamsribstukjes van 6-8 ribben per ribstuk, met lange botjes *

2 teentjes knoflook in reepjes

1 takje rozemarijn

enkele blaadjes salie

enkele takjes tijm

1/2 eetlepel mosterd

1 eetlepel olijfolie

zout, zwarte peper

1 brede reep vers vet spek

keukentouw, naald

Verwarm de oven voor op 240°C.

Krab de botjes zo nodig schoon.

Maak naast elke rib kleine sneetjes in het vlees en steek er de knoflook en de rozemarijnnaaldjes in.

Hak de rest van de rozemarijn, de salie en de tijm fijn.

Meng de mosterd met de olijfolie, zout en peper, wrijf het vlees ermee in en laat het even intrekken.

Vouw de ribstukken met de vleeskant naar binnen tot een 'kroon' en naai ze met keukentouw aan elkaar.

Bind de reep spek om de kroon.

Braad de lamskroon ± 40 minuten in het midden van de op 180°C voorverwarmde oven (een kleine lamskroon 25-30 minuten); het vlees moet rosé zijn.

Laat het voor het aansnijden ± 10 minuten rusten.

Zet de kroon op een schaal en garneer met een bosje laurier.

Verwijder het keukentouw en snijd de kroon aan tafel in individuele koteletjes.

* Vraag de slager om schone ribstukken (het vet tussen de botjes verwijderd).

Lamskarbonades met paprikaratatouille

(2 personen)

1 kleine rode, groene en gele paprika

4 lamskarbonaadjes

zout, peper

2 eetlepels Provençaalse mosterd

3 eetlepels olijfolie

1 teentje knoflook

1 theelepel Provençaalse kruiden

Was de paprika's en snijd ze in stukjes.

Wrijf de karbonaadjes in met zout en peper en bestrijk ze met mosterd.

Verhit 2 eetlepels olie in een koekenpan en bak de karbonaadjes in ± 10 minuten aan beide kanten bruin en gaar.

Verhit intussen de rest van de olie in een andere koekenpan of hapjespan en bak de paprika met de Provençaalse kruiden ± 10 minuten.

Pers de knoflook erboven uit en breng de ratatouille op smaak met zout en peper.

Leg de karbonaadjes op 2 borden en schep de paprikaratatouille ernaast.

Lekker met kummelaardappeltjes en gratineerde aubergine.

Geroosterde lamskarbonade

Ingrediënten per persoon:

1 grote of 2 kleine lamskarbonade(s)

1 teentje knoflook

1-2 eetlepels zonnebloem- of olijfolie

peper, zout

2 ingekruiste tomaten

1 aardappelkroketje

150 gr sperziebonen

Vermeng de olie met zout, peper en het fijngemaakte teentje knoflook.

Wrijf de karbonade(s) in met de helft van de olie, giet de rest in een ovenschaal en zet er de ingekruiste tomaten in.

Zet de ovenschaal op het rooster van de oven, leg de karbonade(s) ernaast en schuif de schaal onder de grill.

Rooster de karbonade(s) in 8-10 minuten aan beide kanten bruin.

Dien ze op met sperziebonen en een aardappelkroketje.

Lamskoteletjes met knoflooksaus

1 stengel bleekselderij

boter

6 teentjes knoflook

2 dl lamsfond

8 lamskoteletten

2 lente-uitjes

maïzena

1 eetlepel olie

5 rode paprika's

6 sjalotten

1 ui

zout, flink wat versgemalen zwarte peper

Hak de knoflook, de ui en de sjalotten fijn.
Snijd de bleekselderij in plakjes, de paprika in stukjes en de lente-uitjes in ringen.
Verhit de olie en laat de knoflook, ui en sjalot hierin glazig worden.
Voeg de bleekselderij, de paprika en de bouillon toe en laat de bouillon tot de helft in koken.
Bind de saus met wat aangelengde maïzena.
Wrijf de lamskoteletjes in met peper en zout en bak ze in de hete boter mooi rosé.
Serveer de knoflooksaus bij de gebakken lamskoteletjes en garneer met de lente-uitjes.

Lamskoteletten met tapenade

8 lamskoteletten á 75 gr
versgemalen zout en peper
1 eetlepel olijfolie
1 teentje knoflook
1 eetlepel citroensap
takjes tijm, dragon en peterselie
4 eetlepels tapenade van groene olijven

Wrijf de koteletten in met zout en peper.
Klop een marinade van de olie, de knoflook uit de pers, het citroensap en de kruiden en laat het vlees hierin 1/2 dag marineren.
Rooster de koteletten in een grillpan aan beide kanten bruin, maar vanbinnen rosé.
Bestrijk de koteletten vlak voor het serveren met de tapenade.
Lekker met geroosterde aardappelpartjes en roergebakken groene aspergestukken.

Pittige lamsvleesspitjes

500 gr lamslappen
1 rode paprika
2 groene Spaanse pepers
1 ui
4 eetlepels slaolie
2 eetlepels azijn
1 eetlepel suiker
1 eetlepel kerrie
2 laurierblaadjes

Snijd het vlees in stukken van ± 2 cm.
Maak de paprika schoon, halveer hem en verwijder de zaadbol en de zaadlijsten.
Snijd het vruchtvlees in stukjes van ± 1 cm.
Snijd de pepers in smalle ringetjes en verwijder desgewenst de pitjes.

Pel en snipper de ui.

Verhit de olie en roerbak de uiringen op hoog vuur $\pm$ 3 minuten.

Voeg dan de azijn, de suiker, de laurierblaadjes en de kerrie toe en breng het mengsel aan de kook.

Neem de pan van het vuur en laat het mengsel afkoelen.

Schep de vleesblokjes door het afgekoelde ui-kruidenmengsel en laat het afgedekt in de koelkast $\pm$ 6 uur marineren.

Rijg de stukjes vlees afwisselend met de paprikastukjes aan 4 lange metalen spitjes en rooster ze onder de grill of op de barbecue.

Lamsschenkels in Barolowijn

4 lamsschenkels

1 dl olijfolie

5 tenen knoflook

4 grofgesneden uien

2 winterwortelen in schijfjes

4 ontvelde en ontpitte tomaten

2 stengels bleekselderij

4 takjes rozemarijn

2 laurierblaadjes

1 kaneelstokje

2 1/2 dl lamsfond

3 1/2 dl Barolo

Braad de lamsschenkels 10 minuten in de olijfolie.

Voeg de groenten, de kruiden en het kaneelstokje toe, bak deze even mee en blus af met de fond en de Barolo.

Laat de schenkels met het deksel op de pan in 2-4 uur zachtjes gaar gaar sudderen.

Serveer ze met groenten naar keuze (bijvoorbeeld ratatouille).

Lamsragoût met linzen

150 gr bruine linzen

500 gr lamsvlees van de schouder

1 laurierblad

1 theelepel tijm

1/2 theelepel rozemarijn

1/2 theelepel kummel

wat paprikapoeder

300 gr bleekselderij

200 gr brede noedels

peper, zout
2 kleine roze grapefruits
3/4 liter vleesbouillon (van tablet)
2 uien
3 teentjes knoflook
1 eetlepel bloem
2-3 eetlepels olijfolie

Kook de linzen in 1/2 liter bouillon in 10 minuten halfgaar.

Giet ze af en vang de bouillon op.

Pel de uien en de knoflook en hak ze fijn.

Snijd het vlees in blokjes.

Bak het vlees portiegewijs in de hete olie en haal het uit de pan.

Fruit de uien en de knoflook in het braadvet, voeg het vlees weer toe en strooi er de bloem over.

Voeg de kruiden en het linzenkookvocht toe en laat het in de afgesloten pan op zacht vuur 50 minuten pruttelen.

Was de selderij en snijd de stengels in 3 cm lange stukken (houd het groen apart voor de garnering).

Doe de linzen en de selderij 25 minuten voor het einde van de gaartijd bij het vlees.

Kook intussen de noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking in water met zout gaar.

Pel de grapefruits, snijd de partjes vruchtvlees tussen de vliezen uit en vang het sap op.

Voeg 5 minuten voor het einde van de gaartijd 2/3 van de grapefruitpartjes, voeg het sap aan de ragoût toe en kruid het vlees.

Schik de ragoût met de rest van de partjes grapefruit, de noedels en het selderijgroen op borden en dien op.

Ragoût van lamsvlees

500 gr lamsvlees (lende)
boter
4-5 teentjes knoflook
peterselie
gemalen oude kaas
2 eieren
1/2 citroen
peper, zout

Snijd het vlees in stukken en bak die in de boter.

Doe daarna het in de pan achtergebleven bakvet in een andere pan en fruit daarin wat knoflook en peterselie.

Doe het gebakken lamsvlees, zodra de knoflook kleur krijgt, erbij en kruid het met peper en zout.

Keer het vlees steeds om en laat het even op het vuur, zodat het alle kruiden opneemt.

Maak dan de volgende saus:

Klop in een steelpannetje 2 eieren los met een flinke greep geraspte oude kaas (Italianen nemen Parmezaanse) en 1/2 citroen.

Giet dit bij het vlees, roer door en serveer zodra het ei is gestold.

Lekker met nieuwe gekookte aardappelen en asperges.

Lamsragoût met abrikozen

10 sjalotjes

2 teentjes knoflook

4-6 eetlepels (zonnebloem)olie

500-750 gr lamspoelet

zout, peper

1 blik gepelde tomaten (400 gr)

1/4 liter kruidenbouillon

3-4 bosuitjes

500 gr verse abrikozen

2 eetlepels fijngeknipte peterselie

4 eetlepels fijngeknipte bladselderij

Pel de sjalotjes en haal ze voorzichtig in 2 stukken uit elkaar.

Snipper de teentjes knoflook fijn.

Verhit in een braadpan de olie en bak het vlees in gedeelten aan alle kanten snel bruin.

Voeg al het vlees bij elkaar en breng het op smaak met zout en peper.

Schep de sjalotjes en de knoflook erdoor en roerbak nog 3 minuten.

Haal het vleesmengsel uit de pan.

Doe in de pan de gepelde tomaten met het vocht en de bouillon en verwarm dit even.

Schep het vleesmengsel er dan door en laat het met het deksel op de pan in ± 25 minuten zachtjes pruttelen of zo lang tot het vlees heel zacht van structuur is geworden.

Maak intussen de bosuitjes schoon en snijd de bosuitjes en het groen in smalle schuine plakjes.

Was de abrikozen, halveer ze, verwijder de pitten en snijd elke helft in 3 stukjes.

Voeg na 25 minuten de abrikozen en de bosuitjes met het groen aan het vlees toe.

Breng de ragoût op smaak met zout en peper.

Schep de peterselie en de bladselderij erdoor.

Serveer bij deze lamsragoût een geurige jasmijn- of basmatirijst.

Neem voor 4 personen 250-300 gr rijst en kook deze volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.

Lamsragoût met kerrie

500-600 gr lamslappen
peper
3 eetlepels olie
1 flinke gesnipperde ui
1 teentje knoflook
1 afgestreken eetlepel kerriepoeder
4 dl bouillon
1 laurierblad
1 eetlepel bloem
3 eetlepels droge sherry
1 eetlepel peterselie
2 tomaten

Snijd het vlees in dobbelstenen en strooi er wat peper over.
Verhit de olie en bak het vlees onder voortdurend omscheppen lichtbruin.
Fruit de uisnippers mee tot ze glazig ziet en voeg dan de fijngesnipperde knoflook en het kerriepoeder toe.
Scheep alles enige malen goed om en voeg er dan de warme bouillon bij.
Roer alles goed om en leg het laurierblad in het vocht.
Temper het vuur en laat alles met gesloten deksel 1-1 1/2 uur zachtjes stoven.
Leng de bloem aan met de sherry en giet het mengsel onder voortdurend roeren bij de inhoud van de pan.
Laat alles daarna nog 5 minuten zachtjes pruttelen.
Doe de ragoût in een voorverwarmde schaal en strooi er de peterselie en de in reepjes gesneden ontvelde tomaat over.

Lamsragoût met tuinkruiden

600 gr lamsvlees van de bout
60 gr boter
35 gr bloem
3 1/2 dl (lams)bouillon
1 eidooier
4 eetlepels slagroom
6 eetlepels gemengde gesnipperde tuinkruiden (bijvoorbeeld peterselie, bieslook, kervel, dragon en basilicum)
zout, peper
4 takjes verse tijm

Snijd het vlees in dobbelstenen.
Verhit 25 gr boter in een braadpan en bak het vlees rondom bruin.
Bestrooi het vlees met zout en peper en voeg de tijm toe.
Braad het vlees, met een deksel op de pan, op laag vuur in 15-20 minuten zachtjes

gaar.

Smelt voor de saus 35 gr boter in een pan.

Roer de bloem erdoor en laat het mengsel al roerend 1 minuut zachtjes pruttelen.

Roer er beetje bij beetje de bouillon door en blijf roeren tot een gladde saus ontstaat.

Klop de eierdooier en de slagroom in een kommetje door elkaar.

Roer er 4 eetlepels van de warme saus door en schenk het dooiermengsel al roerend bij de rest van de saus.

Laat de saus nu niet meer aan de kook komen.

Roer de gebraden stukjes vlees met het braadvocht door de saus.

Roer de gesnipperde tuinkruiden erdoor en breng de ragoût op smaak met zout en peper.

Haggis (eenvoudig recept)

(4-6 personen)

Dien haggis op met gepureerde koolraap, of 'clapshot': een puree van gelijke delen koolraap en aardappel, op smaak gebracht met wat gemberpoeder, nootmuskaat en peper en veel boter. Welke whisky erbij wordt gegeven, is een kwestie van smaak. Een malt uit de Glens (bijvoorbeeld GlenDeveron) is een goede start, maar het verdient aanbeveling, ook eens de wat rokerige en naar zee geurende Islay whisky's te proberen.

125 gr lamslever

1 klein schapenhart

125 gr ui

125 gr grof havermeel

50 gr runderniervet

zout, peper

Pel de uien en laat ze heel.

Snijd het hart in tweeën.

Was de lever en het hart en laat de lever, het hart en de uien in 1/2 liter water sudderen (na ± 35 minuten zou het vlees zacht moeten zijn; geef het eventueel nog een paar minuten extra, maar haal de uien uit het water en laat ze uitlekken).

Maak intussen een grote zware koekenpan heet en rooster het havermeel tot het droog en iets donkerder gekleurd, maar niet bruin is.

Laat het vlees uitlekken en afkoelen en hak het met de hand of in een keukenmachine fijn.

Hak de uien met de hand fijn (een keukenmachine maakt er puree van).

Rasp het rundvet.

Vermeng het vlees, de uien, het havermeel en het rundvet met ± 3 dl van het kookvocht (het mengsel moet zacht zijn en zo dun, dat het net van de lepel afdruipt) en breng het op smaak met veel peper en wat zout.

Doe het mengsel in een porseleinen puddingvorm van $\pm 1\frac{1}{2}$ liter inhoud, sluit de vorm met vetvrij papier af en leg daar folie overheen (of neem een plastic vorm met deksel voor gestoomde puddingen).

Laat de haggis minstens 2 uur stomen.

Het mengsel wordt niet stijf, dus tijdens het stomen kunt u de smaak nog controleren.

Serveer de haggis op een passende aardewerk schotel met de koolraap en de aardappelen, of apart en zet boter op tafel.

Haggis I

(Het officiële recept zoals dat tegenwoordig op de scholen in Edinburg wordt geleerd)

1 schapenmaag

lever, hart en longen van een schaap

500 gr runderniervet

500 gr grof havermeel

1/2 theelepel gemengde gedroogde kruiden (tijm, peterselie, salie, rozemarijn)

1/2 theelepel zout

1/2 theelepel gemalen peper

4 middelgrote uien

Was de maag in koud water, schraap hem goed af, maak hem goed schoon en laat hem een nacht in koud water met wat zout liggen.

Was de lever, het hart en de longen, leg ze in een pan kokend water met een theelepel zout en laat ze 2 uur koken, met de luchtpijp over de rand van de pan.

Laat ze afkoelen.

Maak een grote, zware koekenpan heet en rooster het havermeel tot het droog en iets donkerder gekleurd, maar niet bruin, is.

Snijd de luchtpijp van de afgekoelde longen.

Maal de helft van de lever (de andere helft wordt niet gebruikt) het hart, de longen, het rundvet en de uien.

Voeg het havermeel, de peper, het zout, de kruiden en ongeveer 1/2 liter van het kookvocht toe en meng goed (het mengsel moet zo dun zijn, dat het net van de lepel afdruipt).

Vul de maag voor iets meer dan de helft met het mengsel en naai hem dicht.

Leg de haggis in een pan kokend water en laat hem 3 uur koken.

Prik er af en toe in om barsten te voorkomen.

Dien hem heet op met aardappelpuree, koolraap en natuurlijk een 'quaich' (houten bekertje malt whisky).

Haggis II

Haggis is de meest traditionele van alle Schotse gerechten. Het wordt altijd gegeten

op Hogmanay (oudejaarsavond). Het is gevulde schapenmaag, die er uitziet als een dikke worst. De fijnste Haggis maakt men met reelever in plaats van met schapenlever. Haggis moet worden opgediend op een zilveren schotel, terwijl een Hooglander in kilt, spelend op een doedelzak, drie rondjes om de tafel loopt. Men drinkt bij Haggis Whisky (zonder water, ijs, of sodawater!)

1 schapenmaag
1 kg havermout
550 gr schapen- of lamsvet
500 gr schapen-, lams- of reelever
1/2 liter bouillon
schapenhart en -longen
1 grote ui
1 theelepel cayennepeper
1 theelepel piment
zout en peper

Rooster de havermout licht in een grote koekenpan en wrijf de vlokken fijn.

Hak het vet en de ui fijn.

Kook de lever kort en het hart en de longen wat langer en hak alles fijn.

Vermeng de havermout, het vet, de ui, de lever, het hart, de longen, de bouillon en de kruiden en stop dit in de maag, niet meer dan half vol.

Druk er de resterende lucht uit en naai de maag goed dicht.

Prik er hier en daar met een naald in om te voorkomen dat de maag tijdens het koken openbarst.

Kook de schapenmaag in zeer ruim water 4-5 uur boven laag vuur.

Schapenpoten á la Marseillaise

(6 personen)

6 gaargekookte schapenpoten
6 stukken ossenpens van 10 cm lengte
200 gr ossenpens
150 gr mager spek
150 gr vers gezouten varkensvlees
5 tenen knoflook
1 bosje peterselie
150 gr gehakt vers spek
1 bouquet garni
1 ui
2 sjalotten in schijfjes
2 wortelen in schijfjes
3 dl witte wijn
2 dl water

250 gr verse tomaten

Kooktijd: 7-8 uur.

Hak de 200 gr ossenpens, het magere spek, het gezouten varkensvlees, de peterselie en 3 tenen knoflook samen fijn en kruid het mengsel dan sterk.

Verdeel deze massa over de stukken ossenpens, rol ze op en bind ze aan de uiteinden met een touwtje dicht.

Smelt het verse spek in een cocotte en bak de ui, de sjalotten, de wortelen, de tomaten en 2 tenen knoflook daarin bruin.

Voeg de rolletjes toe en leg de uitgebeende en geflambeerde poten erop.

blus met de wijn en het water, kruid het, voeg het bouquet garni toe en sluit de cocotte hermetisch.

Zet hem in een matigwarme oven en stoof het gerecht gaar.

Schep het vet af en serveer het gerecht kokendheet.

Kruidige lamsburgers

(2 personen)

1 kleine ui

25 gr gesneden ontbijtspek

3 eetlepels olie

1 sneetje oud witbrood

2 eetlepels yoghurt

250 gr lamsgehakt

2 theelepels Provençaalse kruiden

zout, peper

2 eetlepels bloem

1 tomaat

1 takje peterselie

1 eetlepel Parmezaanse kaas

Pel en snipper de ui.

Knip of snijd het spek in kleine stukjes.

Verhit 1 eetlepel olie in een koekenpan en fruit de ui en het spek hierin ± 3 minuten.

Snijd de korst van het brood en verkruimel het boven een kommetje.

Schep de yoghurt erdoor.

Vermeng het gehakt met het uimengsel, het yoghurtmengsel, de Provençaalse kruiden en zout en peper.

Vorm er 4 platte schijven van en wentel die door de bloem.

Snijd de tomaat in vieren, verwijder de pitjes en snijd het vruchtvlees in piepkleine stukjes.

Knip de peterselie erboven fijn en schep de Parmezaanse kaas erdoor.

Verhit de rest van de olie in een koekenpan en bak de lamsburgers in ± 10 minuten bruin en gaar; keer ze af en toe.

Schep de burgers op 2 borden en schep het tomaatmengsel erop.
Serveer met gebakken aardappelen en gestoofde komkommer.

Lamsworstjes aan pennen

1 grote fijngesneden rijpe tomaat
1 theelepel suiker
1 eetlepel rode wijnazijn
500 gr mager lamsgehakt
3 eetlepels gehakte peterselie
1 eetlepel oregano
1 eiwit
1/2 eetlepel olijfolie
30 gr broodkruim
2 lente-uitjes in ringen
1 eetlepel kappertjes
1 1/4 dl magere yoghurt
versgemalen zwarte peper, zout

Kook de gehakte tomaat met zout, peper, suiker en azijn onder voortdurend omscheppen ± 20 minuten tot er ± 4 theelepels over zijn.

Laat het mengsel afkoelen.

Maak het gehakt aan met 2 eetlepels gehakte peterselie, de oregano, het eiwit, de olie, het broodkruim, de helft van de lente-uitjes en zout en peper.

Roer er de afgekoelde tomatenmoes door en zet het gehakt ± 30 minuten in de koelkast.

Verdeel het gehakt in 4 gelijke porties en vorm er 10 cm lange worstjes van.

Rijg elk worstje aan een vleespen en druk het gehakt stevig aan.

Rooster de worstjes in 8-10 minuten egaal lichtbruin; keer ze regelmatig.

Hak de overgebleven ui en de kappertjes zo fijn mogelijk, roer ze met de rest van de peterselie door de yoghurt en breng op smaak met peper.

Serveer de lamsworstjes met de yoghurtsaus, een gepofte aardappel en een salade.

Balkanballen

500 gr lamsgehakt
1 volkorenboterham
12 verse dadels
2 tenen knoflook
150 gr halve walnoten
1/2 theelepel komijn (djinten)
1/2 theelepel kaneel

peper, zout
2 eetlepels bloem
3 eetlepels olie
3 eetlepels boter

Week het brood in een scheutje koud water.

Ontpit de dadels en snijd ze heel fijn.

Snijd ook de knoflook heel fijn en hak de walnoten.

Vermeng het lamsgehakt met het uitgedrukte geweekte brood, de gehakte ingrediënten en de kruiden.

Vorm van het gehakt walnootgrote balletjes en wentel die door de bloem.

Verhit de olie met de boter in een koekenpan en bak de gehaktballetjes in 10 minuten zachtjes rondom bruin en gaar.

Gehaktbrood met pecannoten

1 kg lamsgehakt
1 ui
2 teentjes knoflook
1 zure appel
2 eieren
1 theelepel zout
versgemalen peper
1 eetlepel mangochutney
pecannoten

Verwarm de oven voor op 190°C.

Snijd de knoflook fijn, rasp de appel grof en hak de noten grof.

Vermeng alle ingrediënten en doe het mengsel in een ovenschaal of cakevorm.

Bak het gehaktbrood in 50-55 minuten in de open schaal goudbruin.

Giet het vrijgekomen vocht uit de vorm en laat het brood, voordat u het aansnijdt even rusten.

Tip: Dit gehaktbrood kunt u ook koud eten, bijvoorbeeld als broodbeleg.

Lamsgehaktschotel met aardappelpuree en munt

(2 personen)

500 gr aardappelen
zout
1 ui
50 gr boter
1 teentje knoflook

300 gr lamsgehakt
peper
1/2 eetlepel fijngehakte munt
1 theelepel Worcestershiresaus
1 ei
3 eetlepels melk
1 theelepel mosterd
75 gr geraspte belegen kaas

Verwarm de grill op de hoogste stand.

Schil de aardappelen, snijd ze in heel kleine blokjes en kook die in een laagje water met een snufje zout in ± 10 minuten gaar.

Pel en snipper intussen de ui.

Verhit 25 gr boter, bak de ui hierin zachtjes glazig en pers de knoflook erboven uit.

Bak het gehakt al roerend mee tot het rul en verkleurd is.

Voeg zout, peper, de munt en de Worcestershiresaus toe en schep het gehakt in een ovenvast schaalje.

Giet het vocht van de aardappelen af.

Roer van de aardappelen met het ei, de melk, 25 gr boter, de mosterd en de helft van de geraspte kaas een smeūge puree en voeg naar smaak zout en peper toe.

Schep de puree op het gehakt, strijk het een beetje glad, strooi er de rest van de kaas over en laat het onder de hete grill goudbruin worden.

Geef er gebakken spruitjes met knoflook en uien bij.

Moussaka met lamsgehakt

(2 personen)

4 eetlepels olijfolie
200 gr lamsgehakt
2 teentjes knoflook
2 dl gekruide tomatensaus (Grand'Italia)
1/2 theelepel chilipoeder
2 theelepels oregano
1 kleine aubergine
zout, peper
1 1/2 dl melk
1 eetlepel bloem
30 gr Parmezaanse kaas
1 zakje voorgekookte aardappelschijfjes of -partjes á 450 gr
1 eidooier

Verwarm de oven voor op 200°C.

Verhit 1 eetlepel olie en bak het gehakt rul.

Pers de knoflook erboven uit.

Voeg de tomatensaus, het chilipoeder en de oregano toe en laat de saus $\pm$ 5 minuten sudderen.
Snijd de aubergine in plakken en bak deze in de rest van de olie bruin.
Bestrooi ze met zout.
Breng de melk aan de kook.
Vermeng de bloem met 1 eetlepel water en voeg dit al roerend aan de melk toe.
Laat de saus $\pm$ 2 minuten zachtjes doorkoken.
Roer er de kaas en naar smaak zout en peper door.
Vet een grote lage ovenschaal in.
Leg de aardappelschijfjes op de bodem en verdeel er het gehakt en de aubergine over.
Roer de eidooier door de saus en schenk deze over de aubergine.
Bak de moussaka in de oven in 15-20 minuten gaar.

Shepherd's pie

1 kg geschilde aardappelen
zout, peper, nootmuskaat
80 gr boter
melk
1 eidooier
500 gr lamsgehakt
1 grote gesnipperde ui
1 fijngehakte wortel
1 fijngehakte stengel bleekselderij
100 gr champignons in plakjes
400 gr stukjes gepelde tomaat (uit blik)
1 laurierblad
1 theelepel gedroogde tijm
1 eetlepel fijngehakte peterselie
2 eetlepels paneermeel

Kook de aardappelen met zout gaar, giet ze af en pureer ze.
Roer er 25 gr boter, de eidooier, zout, peper, nootmuskaat en zoveel melk door tot de puree luchtig is.
Verwarm de oven voor op 200°C.
Bak het gehakt in 25 gr boter rul en bak de ui, wortel en selderij $\pm$ 10 minuten mee.
Bak de champignons al omscheppend even mee.
Voeg de tomaat, laurier en tijm toe en laat de saus iets inkoken.
Roer er zout, peper en de peterselie door.
Verwijder de laurier en schep de saus in een ovenschaal.
Verdeel de puree erover, strijk die glad en bestrooi met paneermeel.
Verdeel er de rest van de boter in vlokjes over en bak het gerecht $\pm$ 30 minuten in het midden van de oven tot het een lichtbruin korstje heeft.

Tip: Als snel klaar wilt zijn kunt u aardappelpuree uit een pakje gebruiken.

Indisch lamsgehakt

600 gr lamsgehakt
50 gr gekookte witte rijst
1 ei
1 fijngesneden schijf ananas
1/2 kleine geschilde, fijngesneden mango
1 fijngesneden Spaanse peper
1 eetlepel kerriepoeder
1/4 theelepel komijnpoeder
zout, peper
1/4 theelepel versgemalen nootmuskaat
1 theelepel fijngehakte groene peperkorrels
5 eetlepels olie

Vermeng het gehakt met de rijst, het ei, de ananas, mango, Spaanse peper, kerrie, komijn, zout, peper, nootmuskaat en de peperkorrels.

Vorm van dit mengsel 8 ovale schijfjes en druk die goed aan.

Verhit de olie en bak de vleeskoekjes op hoog vuur rondom bruin.

Temper het vuur en bak het vlees nog $\pm$ 10 minuten; keer de schijven halverwege.

Lekker met gekruide aardappelpuree.

Gevulde courgettes met yoghurtsaus

Verwarm de oven voor op 200°C.

Snipper 2 sjalotjes en 1 teentje knoflook.

Halveer 4 courgettes overlangs en hol ze uit.

Rooster 25 gr amandelen.

meng 300 gr lamsgehakt met 100 gr basmatirijst, de ui en de knoflook en breng op smaak met kaneel, zout en peper.

Vul 4 courgettehelften met het rijst-gehaktmengsel (niet te vol), zet de andere helften erop en leg ze in een ovenschaal.

Schenk er 2 1/2 dl bouillon over, dek de schaal af en zet hem $\pm$ 40 minuten in de oven.

Breng de yoghurt met 1 1/2 eetlepel allesbinder aan de kook en laat $\pm$ 1 minuut zachtjes doorkoken.

Schenk de helft van de bouillon uit de ovenschaal.

Schenk het yoghurtmengsel over de courgettes en verwarm het gerecht (zonder folie of deksel) nog 10 minuten in de oven.

Bestrooi de courgettes met de geroosterde amandelen.

Gevulde tomaten

8 grote tomaten
zout, versgemalen zwarte peper
100 gr oesterzwammen
1 sjalotje
300 gr lamsgehakt
1 teentje knoflook
2 eetlepels geknipte koriander
2 dl vleesbouillon

Snijd het bolle kapje van de tomaten en hol ze uit met behulp van een grapefruitlepeltje.

Bestrooi de tomaten van binnen met zout en peper en laat ze omgekeerd uitlekken.

Snijd de oesterzwammen kleiner en snipper de sjalotjes.

Bak het gehakt rul en voeg de oesterzwamreepjes, de uisnippers, de knoflook uit de pers en de koriander toe.

Snijd het tomaatvruchtvlees kleiner, schep dit erbij en laat $\pm$ 5 minuten pruttelen, zodat het merendeel van het vocht is verdampt.

Maak op smaak met peper en zout en vul de tomaten ermee.

Zet ze in een ovenschaal en schenk de bouillon eromheen.

Laat ze in een warme oven (175°C) in $\pm$ 20 minuten goed warm en gaar worden.

Kruidig lamsgehaktbrood

Vermeng 500 gr lamsgehakt met 1 geraspte rauwe ui, 2 eetlepels fijngeknipte peterselie, 1 eetlepel fijngeknipte munt, het sap en rasp van 1/2 citroen, 2 eetlepels shoarma-of gyroskruiden, 1 ei en 50 gr witbroodkruim.

Braad het in 2 eetlepels olijfolie en 30 gr bakboter.

Met witte wijnsaus (Nestlé), waaraan 3 eetlepels crème fraîche en 2 eetlepels mierikswortelpuree zijn toegevoegd.

Serveer met gemengde salade en rijst.

Lamsgehaktbrood met appel en havervlokken

1 kg (mager) lamsgehakt
100 gr havervlokken
1 fijngesneden middelgrote ui
1 geschild, ontpitte en kleingesneden kleine zure appel
2 geschrapte en fijngeraspte middelgrote wortelen
1 1/4 dl melk of cider
2 losgeklopte eieren
1 theelepel zout

1/3 theelepel zwarte peper
1/3 theelepel gedroogde rozemarijn
1/3 theelepel gedroogde tijm
1/3 theelepel gedroogde salie

Verwarm de oven voor op 190°C.

Vermeng alle ingrediënten in een grote schaal en doe de massa over in een ingevette cakevorm.

Bak het gehaktbrood in een open schaal 50-55 minuten of tot het van de rand van de vorm loslaat.

Neem het brood uit de vorm en giet het vrijgekomen vet in een bakje.

Laat het brood voor het aansnijden 10 minuten rusten.

Oosters lamsgehaktbrood

600 gr lamsgehakt
50 gr gekookte rijst
1 theelepel gedroogde tijm
2 eetlepels rozijnen
50 gr fijngehakte amandelen
2 eidooiers
zout, witte peper
1/4 theelepel gemalen kaneel
1/4 theelepel cayennepeper
1/2 theelepel vers geraspte gemberwortel
2 geperste teentjes knoflook
2 dl vleesbouillon
een braadslede

Verwarm de oven voor op 200°C.

Vermeng het gehakt, de rijst, tijm, rozijnen, amandelen, eidooiers, zout, peper, kaneel, cayennepeper en gember.

Vorm dit gehaktmengsel tot een brood en druk het stevig aan.

Leg het gehaktbrood in de braadslede en bak het in het midden van de oven in ± 50 minuten goudbruin en gaar.

Neem het gehakt uit de braadslede.

Bak de knoflook in het braadvocht 3 minuten, blus af met vleesbouillon en laat de saus 5 minuten inkoken.

Serveer de saus bij het gehaktbrood.

Lekker met salade van couscous.

Bobotie (mild gekruid lamsgehakt)

500 gr lamsgehakt
1 snee witbrood
1/4 liter melk
1 ragfijn genipperde ui
1 cl olijfolie
gemalen kruidnagel
1 theelepel koenjit
1 eetlepel kerriepoeder
1 theelepel Provençaalse kruiden
zout, peper
1/2 geraspte citroenschil
1/2 uitgeperste citroen
25 gr krenten
2 theelepels abrikozenjam
2 theelepels geschaafde amandelen
2 eieren
1 theelepel sambal oelek
Melk, uitgeperst uit het brood
1 laurierblad

Week het brood 10 minuten in de melk, druk er daarna de vloeistof uit en bewaar de melk.

Verhit de olie, bak de ui zonder te kleuren, voeg kruidnagel en koenjit toe en laat dit op laag vuur garen.

Voeg het gehakt, de Provençaalse kruiden, de citroenschil, de abrikozenjam, de krenten en de amandelen toe, roer goed door en neem de pan van het vuur.

Meng 1 ei, vermengd met het citroensap, het brood en de sambal door het vleesmengsel, doe het in een vorm en bak het 30 minuten in een op 160°C voorverwarmde oven.

Klop 1 ei met de bewaarde melk los.

Haal de bobotie uit de oven en giet het ei-melkmengsel over het vlees.

Steek er het laurierblad in en bak de bobotie in 8 minuten op 160°C verder af.

Lamsgehaktballen

500 gr lamsgehakt
1 ei
2 eetlepels gehakte koriander
1 eetlepel gehakte muntbladeren
2 geperste tenen knoflook
1/2 gesnipperde ui
1 1/2 eetlepel paprikapoeder
1/2 theelepel gemalen zwarte peper

4 eetlepels paneermeel
2 theelepels tijm
2 theelepels dragon
5 theelepels cayennepoeder

Of:

600 gr lamsgehakt
1 ei
2 eetlepels gehakte koriander
1 eetlepel gehakte muntbladeren
2 geperste tenen knoflook
1/2 gesnipperde ui
3/4 eetlepel paprikapoeder
1/2 theelepels gemalen zwarte peper
4 eetlepels paneermeel
1 theelepels tijm
3/4 theelepels dragon
3 eetlepels gehakte, rijpe olijven
3 1/2 theelepels cayennepoeder

Kneed alles goed tot een egale massa.

U kunt er grote of kleine ballen van vormen en die braden, maar u kunt er ook spiesjes van maken en die op de barbecue of onder de grill roosteren.