

# Lamscarré met asperges en rode wijnsaus

## Ingrediënten (voor 4 personen)

- 2 st. Lamscarré
- 20 st. Asperges
- 150 gram verse paddenstoel, bijv. shii-take
- 200 gr. haricots vert
- kleine aardappeltjes (evt. bijzondere zoals bijv. truffelaardappeltjes)
- 50 gr. spekblokjes
- 1 dl. Rode wijnsaus
- 3 dl. Lamsjus
- 100 gr. roomboter
- knoflook
- vers gemalen peper en zout

## Bereidingswijze

1. Schil de asperges en kook ze gaar in 10 – 15 min. (afh. van de dikte)

2. Bereiding Lamsrack:

Lamsrack is lekker en helemaal niet zo lastig om te bereiden. Omdat je lamsrack al gauw te gaar maakt en hij daarna niet meer lekker is, dien je vooral te letten op de tijd. Maar eerlijk: heel veel meer dan dat is het niet.

**Schoonmaken** Wanneer je lamsrack koopt zijn ze veelal nog niet schoongemaakt. Soms zit er een dikke vetrand aan het vlees en vaak zijn de botjes ook niet mooi schoon. Voordat je start met het bereiden van het lamsvlees dien je de rack dus eerst schoon te maken.

Schraap met behulp van een mesje de vleesresten en vliesjes van de botjes af. Dit kun je overigens ook met behulp van een touwtje doen. Pak de botjes vervolgens losjes in met aluminiumfolie.

Een beetje vet aan de rack laten zitten is niet erg maar wanneer het om een vetrand van een centimeter gaat kun je er beter wat vanaf halen. Omdat de lamsrack maar een korte bereidingstijd heeft zal dit vet in de tussentijd niet smelten of zacht worden. Beter haal je de dikke rand dus weg.

Tot slot zit er nog een vliesje aan het lamsrack, een vliesje dat je ook vindt bij spareribs. Aan de holle kant van de rack peuter je voorzichtig met een mesje een hoekje van het vliesje los. Als het goed is kun je hem er daarna in één keer afritsen. Haal dit vliesje wel weg, het zorgt er namelijk voor dat het vlees zachter wordt.

**Kruiden** Omdat lamsvlees vrij mild van smaak is kun je rustig wat sterke kruiden gebruiken. Alleen knoflook, peper en zout kan prima, maar zorg ervoor dat je dan wel een volle saus bij het vlees serveert. Kruid het lamsvlees royaal met kruiden naar wens en laat het vlees vervolgens onder aluminiumfolie rusten tot je het gaat gebruiken.

**Aanbraden** Alvorens je de lamsrack in de oven doet dien je het vlees eerst aan te braden, anders zal het nooit een mooi bruine kleur krijgen. Verhit hiervoor een beetje olie of boter in een pan en bak het vlees om en om op hoog vuur tot het bruin kleurt. Niet te lang, het vlees gaart immers verder in de oven. Het aanbraden dient alleen voor de mooie kleur!

**Oven** Lamsvlees heeft maar even nodig in de oven dus vandaar dat je de oven op een iets hogere temperatuur instelt. Bedek lamsrack met olijfolie en kruiden. Zet de oven op 90°C en gaar de lamsrack in het midden van de oven gedurende 1 uur. Draai hem tussendoor wel om. De kern-temperatuur moet 60°C zijn (rauw) of 63°C (net nog geen medium). Laat de lamsrack vervolgens nog even kort onder aluminiumfolie rusten.

*That's it*, zo lastig is het echt niet. Dingen waar je echt op moet letten is dat je het vlees zeer kort aanbraad, enkel tot het bruin is en dat je de lamsrack vervolgens niet langer dan tien minuten in de oven zet. Je kunt het vlees beter nog even terug in de oven zetten wanneer je merkt dat het nog wat te rauw is, dan dat je de lamsrack te lang in de oven hebt gehad en hij niet meer te redden valt.

(zie ook: <https://www.youtube.com/watch?v=SmrtbDQjMJU>)

3. Maak de rode wijnsaus op de juiste dikte (zie onderstaand recept) en voeg de lamsjus toe. Proef af en voeg evt. nog wat extra roomboter, peper en/of zout aan de saus toe.
4. Bak de spekjes uit en voeg in stukjes gesneden paddenstoel op het laatst toe.
5. Bereid de aardappelgratin-taartjes (zie apart recept)
6. Zet de borden warm!
7. Borden opmaken: Plaats een bolletje spekjes-paddenstoelen-mix op het bord. Snij de lamscarré in aparte carbonaatjes en drapeer de carbonaatjes rond de mix. Plaats 2 asperges op het bord, alsook een aardappelgratin-taartje. Voeg de wijnsaus

elegant in een rondje op het bord, zoals aangegeven op de afbeelding.



### **Rode wijnsaus**

Een rode wijnsaus is echt simpel te maken, alleen moet je bij deze rode wijnsaus een klein beetje geduld hebben. Schrik niet, ik praat niet over uren, maar je moet de roux even de tijd geven om te kleuren en dat heeft een paar minuutjes nodig. Een roux is een van de meest gebruikte manieren om een saus te binden en maak je door boter te smelten en daar bloem bij te doen. Met de bloem en de boter kan je spelen om je saus wat dikker of juist wat dunner te maken. Lekker bij een biefstukje of een karbonaadje.

### **Wat heb je nodig (hoeveelheid voor saus bij 4 stukjes vlees):**

- 20 gram boter
- 25 gram bloem
- 125 ml donkere vleesbouillon
- 125 ml rode wijn
- peper en zout naar smaak

### **Bereiding:**

Smelt de boter in een steelpan op matig vuur en wacht tot het schuim vrijwel volledig is weggetrokken. De boter wordt wat bruin.

Zet het vuur laag en roer de bloem snel door de boter. Laat een paar minuten zachtjes pruttelen totdat de roux bruin gekleurd is, roer niet.

Giet al roerende met een garde of houten lepel de helft van de bouillon bij de roux, zet het vuur iets horen en blijf roeren tot het mengsel glad en gebonden is.

Schenk dan de rest van de bouillon en alle wijn scheutje voor scheutje erbij en blijf roeren zodat de saus glad blijft.

Breng aan de kook, draai het vuur laag en laat nog ongeveer 3 minuten pruttelen en indikken. Breng op smaak met peper en zout.