

Gebraiseerde runderwangen, zalfje van zoete aardappel

<https://www.hap-en-tap.be/gebraiseerde-runderwangen-zalfje-van-zoete-aardappel/>



Nodig voor 2 personen:

- 350 g runderwangen, in 6 grote stukken versneden
- 50 g bloem, gekruid met peper en zout
- 25 ml arachideolie, olijfolie of zonnebloemolie
- 75 g wortelen, in plakjes
- 75 g uien, grofgehakt
- 500 ml rode wijn
- 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- Eén kruidentuiltje (van *laurier, tijm en rozemarijn*)
- Peper
- Zout
- 125 g verse zilveruitjes
- 50 ml Kalfsbouillon (of Runderfond)
- 125 g gerookte spekreepjes
- 250 g zoete aardappel
- Voldoende volle room
- 2 krokant gebakken sneetjes gerookt spek voor de afwerking

Bereiding:

1. Verwarm de (hetelucht) oven bij 180° C.
2. Rol de stukken vlees zachtjes door de gekruide bloem. Schud de overtollige bloem af. Verhit de olie in een grote, stevige, hittebestendige vuurvaste schaal met deksel (niet te groot!) tot ze heet is zodat je het vlees snel en gelijkmatig kan bruinen.
3. Voeg de wortelen in plakjes en de uien toe, zet het deksel op en pot en laat zachtjes smoren voor ongeveer 10 min.
4. Giet, met het deksel gekanteld op de vuurvaste schaal *, alle kookvet weg. Deglaceer met rode wijn (*langzaam toevoegen in een hete vuurvaste schaal*) en zet de oven op 120° C **)! Afhankelijk van de grote van de vuurvaste schaal kun je evt. water toevoegen omdat het vlees onder de vloeistof moet kunnen stoven/koken!
5. Voeg de knoflook en het kruidenmengsel toe en evt. nog wat extra peper en zout naar smaak.
6. Plaats de vuurvaste schaal met deksel terug in de oven gedurende 3 uur. Roer regelmatig tijdens het koken en voeg indien nodig water toe indien teveel vocht is verdampt.
7. Terwijl het vlees gaart in de oven, ga je aan de slag met de spekreepjes en zilveruitjes.
8. Voor de gebakken spekreepjes – Bak de spekreepjes in een hete pan zonder vetstof krokant. Laat de reepjes uitlekken op keukenpapier ***).
9. Voor de zilveruitjes – Leg de verse zilveruitjes gedurende een tijdje te week in een pot met warm water. Dan zal je de uitjes makkelijker kunnen pellen. Pel de geweekte zilveruitjes.
10. Verhit een klontje boter in een pot of hoge pan. Doe de zilveruitjes erin en laat ze enkele min. zachtjes bakken. Strooi tussendoor wat suiker over de uitjes.
11. Schenk vervolgens wat kalfsbouillon bij de uitjes en laat ze tot 10 min garen op een zacht vuur, met het deksel op de pot.
12. Doe de zilveruitjes samen met de gebakken spekreepjes in de pot met de runderwangen en laat dit nog een ½ uur verder garen tot het vlees botermals is.
13. Voor de zalf van zoete aardappel – Schil de zoete aardappelen ****), snijd in gelijke stukken en doe deze met de room in een pan zodat de aardappelen net niet onder room staan. Zet de aardappels met room op middelmatig vuur en laat zachtjes gaar worden.
14. Blender de aardappelen met de staafmixer tot een zalf. Kruid naar smaak met (witte) peper en zout.

Afwerking

Schik alles op warme borden. Werk de zoete aardappelzalf af met een sneetje krokant gebakken spek er boven op, en leg er een aantal zilveruitjes bij. Smakelijk eten!

*) Aangezien de olie 180° C, is het veiliger de olie te verwijderen met een RVS-pollepel. Blijft er een beetje olie achter!

**) Wijn kookt bij 100° C! Dus je mag de oven op 180° C laten staan, maar dan moet je vaker water toevoegen omdat het vlees onder moet staan!

***) Een alternatieve manier is de reepjes krokant te bakken in de magnetron – test per minuut bij 900 Watt!

****) De schil van de zoete aardappel is hard. Je kunt het ook met een afwasborstel goed schoonpoetsen onder de kraan, de evt. slechte stukken verwijderen, in kleine stukken snijden en koken. Na het blenderen kun je de schil niet meer herkennen!