



Lamskoteletten met puree, boontjes en mosterdsaus

Rosé gebakken lamskoteletten met een romige aardappelpuree, beetgare fijnboontjes en een verfijnde mosterd-roomsaus. Klassieke, verzorgde winterkost.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
25'	30'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

8 lamskoteletten
1 kg bloemige aardappelen
150 ml volle melk, warm
80 gr boter (voor de puree)
20 gr boter (voor de boontjes)
20 gr boter (voor de saus)

500 gr fijnboontjes
1 sjalot, fijngesneden
50 ml droge witte wijn
150 ml room
1 kl Dijonmosterd
0,5 kl graanmosterd
1 takje tijm
1 teentje look, geplet
nootmuskaat
neutrale olie
zout en peper

Bereidingswijze

- 1.** Haal de lamskoteletten minstens 30 minuten voor het bakken uit de koelkast zodat ze op kamertemperatuur komen.
- 2.** Schil de aardappelen, snijd ze in gelijkmatige stukken en kook ze gaar in ruim gezouten water, ongeveer 20 minuten. Giet af en laat goed droogstomen op laag vuur. Pureer de aardappelen met de warme melk en 80 gr boter tot een gladde puree. Kruid met zout, peper en een snuif nootmuskaat.
- 3.** Kook de fijnboontjes beetgaar in ruim gezouten water, ongeveer 5 tot 6 minuten. Giet af, spoel kort onder koud water en schud ze op in een pan met 20 gr boter. Kruid met zout en peper.
- 4.** Voor de saus: smelt 20 gr boter in een steelpan op middelhoog vuur en fruit de sjalot zacht en glazig, ongeveer 3 minuten. Blus met de witte wijn en laat inkoken tot bijna verdampt. Voeg de room toe en laat zachtjes indikken, ongeveer 5 minuten. Haal de pan van het vuur en roer de Dijonmosterd en de graanmosterd erdoor. Breng op smaak met zout en peper.
- 5.** Kruid de lamskoteletten net voor het bakken langs beide kanten met zout en peper. Verhit een scheut neutrale olie in een zware pan op hoog vuur. Bak de koteletten 2 tot 3 minuten per kant voor een rosé resultaat. Voeg op het einde het takje tijm en het geplette teentje look toe en arroseeer de koteletten regelmatig met de schuimende boter.
- 6.** Laat het vlees 5 minuten rusten, losjes afgedekt met aluminiumfolie. Serveer met de puree, de fijnboontjes en de mosterdsaus.

Tip

Laat het lamsvlees niet te vergaren want het wordt snel droog. Voeg de mosterd pas toe nadat de pan van het vuur is, anders kan de saus bitter worden. Het rusten van het vlees is essentieel om de sappen te bewaren.

Lekker met

Krokant stokbrood om de saus op te deppen.

Dranktip

Een stevige rode wijn zoals een Bordeaux of een Côtes du Rhône past uitstekend bij het lamsvlees.