

# PREI

## GROENTE VAN DE MAAND

### GEVULD KALFSGEBRAAD MET SNIJBIE, PREI EN CHAMPIGNONS



**Aantal personen 8**

**(voor)bereidingstijd (15) 150**

**Een mals stukje kalfsgebraad met een vulling van snijbiet, prei en champignons, dat is het ideale feestmaal. Volg dit recept en verras je tafelgenoten met deze Vlaamse klassieker.**

#### Ingrediënten

2 kg à 2,5 kg kalfsgebraad

4 tl zwarte peper

5 blaadjes verse salie

2 el zout

8 tl zachte paprikapoeder

peper en zout

1 laurierblaadje

30 g boter

600 ml groentebouillon

300 ml kalfsfond

Voor de vulling:

1 bussel snijbiet/warmoes

3 el olijfolie

2 preien

3 uien

6 teentjes knoflook

500 g champignons, fijngesneden

250 g bospaddenstoelen

10 blaadjes salie

200 g stukjes oud brood

200 g Parmezaan

2 eieren

500 g aardappelen

450 g pastinaak

2 takjes rozemarijn

#### Recept

Verwijder de harde stelen van de snijbiet en snijd de groene bladeren fijn. Stoof de snijbiet kort gaar en schrik onder koud stromend water. Laat de snijbiet voldoende uitlekken en knijp het overtollige vocht eruit. Snijd de prei, uien en look fijn. Verwarm 3 el olijfolie en stoof de fijngesneden prei, sjalot en look gaar. Breng op smaak met peper en zout. Snijd de champignons en de boschampignons fijn. Voeg de witte champignons en de helft van de boschampignons toe aan de prei en stoof nog even goed tot de champignons gaar zijn (ca. 5 min). Hak de 10 blaadjes salie fijn en meng deze tenslotte onder de vulling van prei-champignons. Meng in een ruime kom de snijbiet en het prei-champignons mengsel met de stukjes brood, Parmezaan en 2 eieren. Snijd het gebraad gelijkmatig open, zodat je deze kan opvullen en oprollen. Of vraag aan je slager om deze al open te snijden. Meng de zwarte peper, 5 blaadjes salie, paprikapoeder en zout en wrijf het volledige kalfsgebraad in (binnen- en buitenzijde). Verdeel de vulling over het gebraad. Houd het overtollige bij, dit gaat op het einde nog mee in de oven. Laat een boord over zonder vulling en rol het gebraad op. Bind vast met keukentouw. Verwarm de oven voor op 165°C. Verwarm een ruime ovenbestendige stoofpot met 5 el olijfolie. Braad het gebraad rondom. Haal het gebraad uit de pot en leg even opzij. Voeg in de stoofpot de groentebouillon, kalfsfond en de rest van de boschampignons toe. Breng op smaak met peper, zout en een laurierblaadje. Leg het gebraad opnieuw in de stoofpot. Zet het deksel op de pot en laat het 2,5 u garen. Draai regelmatig om. Maak ondertussen de pastinaken en aardappelen schoon. Snijd ze in grove stukken en leg ze in een ovenschaal samen met 2 takjes rozemarijn. Besprenkel met olijfolie en kruid met peper en zout. Laat ze het laatste half uur mee in de oven garen met het gebraad. Voeg nu ook de overige vulling toe aan de pot met het gebraad. Haal het gebraad uit oven. Leg het op een snijplank en laat rusten onder aluminiumfolie, tot de groenten klaar zijn. Verhoog de temperatuur tot 200°C en laat de groenten nog 15 min verder garen. Zeef het braadvocht en vang het vocht op in een sauspan. Breng het braadvocht opnieuw aan de kook en laat even inkoken. Zet het vuur uit en monteer de jus met een koud klontje boter of gebruik een bindmiddel. Snijd het gebraad in plakken van ongeveer 1 cm dik.

Serveer met de ovengebakken pastinaak en aardappel.

## HIPPE WATERZOOI IN DE WOK MET KIP



**Aantal personen 4**

### Ingrediënten

500 g kippenfilet  
 400 g aardappelschijfjes, voorgekookt  
 2 preiwitten  
 2 wortelen  
 2 gele wortelen  
 1 seldertak  
 1 kleine ui  
 1 mespunt gemalen laurier  
 ½ kl gedroogde tijm  
 peper en zout  
 1 kippenbouillonblokje  
 150 g zure room  
 Bakboter of olie

### Recept

Snijd de prei, wortelen, selder en ui in kleine stukjes. Snijd de kip in repen en bak ze krokant in een wokpan met bakboter of olie. Haal ze uit de pan en zet aan de kant, bak in dezelfde pan de aardappelschijfjes krokant. Haal ook uit de pan. Bak nu de ui, prei, selder en wortelen in wat extra boter of olie, verkruimel het bouillonblokje over de groenten. Kruid met de tijm en laurier. Als de groenten beetbaar zijn voeg je de kip en aardappelen opnieuw toe. Roerbak nog even verder. Serveer met zure room.

## GEBRAISEERDE HONDSHAAL, GESTOOFDE PREI MET DILLE, DUGLÉRÉ-SAUS



**Aantal personen 4**

### Ingrediënten

2 hondshaai, gefileerd  
 1 sjalot, fijngesneden  
 50 ml witte wijn  
 50 ml visfumet  
 100 ml visfumet of bouillon van zwemkrabben  
 100 ml kookvocht mosselen  
 100 ml room  
 1 tomaat, in kleine blokjes gesneden  
 1 koffielepel bieslook, fijngesneden  
 2 stronken prei, fijngesneden  
 1 eetlepel dille, fijngesneden

### Recept

Snijd de hondshaai in de gewenste stukken. Kruid met peper en zout. Stoof de sjalot in een klontje boter. Bevochtig met witte wijn en visfumet. Breng aan de kook. Leg er de stukjes hondshaai in. Dek af met aluminiumfolie en gaar in een voorverwarmde oven van 200°C. Reken 10 à 12 minuten, afhankelijk van de dikte. Haal de vis uit de pan en houd warm. Zeef het pocheervocht in een pan. Voeg room, visfumet of bouillon en mosselkookvocht toe. Laat inkoken naar de gewenste dikte. Mix er een klontje boter onder en zeef. Roer er de blokjes tomaat en bieslook onder. Smaak af. Smelt een klontje boter in een pan. Stoof er de prei in gaar. Smaak af. Roer er net voor het serveren de dille onder.

## PREISOEP



**Aantal personen 4**

### Ingrediënten

4 preistengels (het wit in rondjes)  
 2 gesnipperde uien  
 15 g boter  
 2 aardappelen (+/- 200g)  
 1,5 dl room  
 2,5 dl melk  
 4 eetlepels droge sherry  
 1 groentebouillonblokje  
 peper en zout

### Recept

Fruit de uien in de boter. Voeg de rondjes prei toe en laat 10 minuutjes stoven en roer af en toe om. Voeg de geschildte, in blokjes gesneden aardappelen, 40 cl warm water, het bouillonblokje, zout en peper toe. Dek af en laat 20 minuten op een matig vuur sudderen. Voeg de room en de melk toe. Laat 5 minuutjes op een laag vuur opwarmen. Doe een eetlepel sherry in elke kom en schep er de hete soep op.