

Nootjes van reefilet met braam en bosbessen (hoofdgerecht)

Ingrediënten

600 g schoongemaakte filet van ree
4 dl fond, getrokken van ree-afval (of bokaal wildfond)
1 bakje braambessen
1 bakje bosbessen
5 cl rode-wijnazijn
1 soeplepel suiker
5 cl coulis van frambozen
5 cl sinaasappelsap
boter
olijfolie

Bereiding

Snijd de reefilet in nootjes van 50 g (voorzie per persoon 3 mooie stukjes). Kruid met peper en zout en bak het vlees kort in een pan met antikleeflaag waarin wat olie en een klontje boter werden verwarmd (tot het schuimt). De dichtgeschroeide stukken vlees uit de pan nemen en het braadvet verwijderen. Een vers klontje boter in de pan doen en onmiddellijk de braam- en bosbessen toevoegen. Bestrooien met fijne suiker en kort laten karameliseren. De warmte blussen met rode-wijnazijn en het vocht laten inkoken. Voeg de ongesuikerde coulis van frambozen toe en enkele druppels sinaasappelsap. Breng kort aan de kook. Zeef de saus en houd de vruchten apart. Voeg fond toe aan de saus en laat inkoken tot de gewenste dikte. Bind de saus van het vuur af door een klontje boter door de saus te kloppen en breng op smaak met zout en peper. Plaats het vlees enkele minuten in een voorverwarmde oven op 150° C.



Opmerking De reefilet kan vervangen worden door lamsnoten (prijs !!!)

Info recepten www.libelle.be
www.knackweekend.rnews.be

Dit recept werd klaargemaakt en geproefd op één van de kookavonden van KWB Reet

Voor meer recepten zie

<http://www.kwbreet.be>

