

VITELLO TONATO

INGREDIËNTEN:

- 400 gr kalfsfilet
- 2 l kippenbouillon (zie volgend blad)
- 1 eidooier
- 80 gr mayonaise
- ½ citroen
- 1,5 dl druivenpitolie
- 150 gr tonijn in eigen nat
- 2 ansjovisfilets
- 16 à 24 kappertjes met steel afhankelijk van de grootte
- 50 gr ruccola sla
- 8 kerstomaatjes

WERKWIJZE:

Het kalfsvlees in de kippenbouillon zachtjes garen (ong. 15 minuten). Vervolgens het vlees in de bouillon afkoelen.

De dooier mengen met de mayonaise, citroensap, druivenpitolie en 2 à 3 eetlepels koude bouillon.

De tonijn uitlekken en uitpersen. Verkruimelen en onder de saus mixen of alles in de blender doen, de ansjovisfilets van de eventuele graatjes ontdoen, klein snijden en mee mixen. Afsmaken met zout en peper van de molen.

Ruccola sla reinigen en evt . spoelen, droogzwieren.

Kappertjes laten uitlekken, kerstomaatjes halveren.

Het kalfsvlees zo dun mogelijk in plakjes snijden (indien mogelijk met vleessnijmachine) en mooi rond open leggen op een groot plat bord. In het midden de ruccola verdelen, een gedeelte van de tonato-saus op het vlees strijken. De kappertjes op het vlees verdelen en de gesneden kerstomaatjes in de ruccola verdelen. De rest van de tonato-saus apart serveren.

Dit recept werd klaargemaakt en geproefd op één van de kookavonden van KWB Reet Voor meer recepten zie

<http://www.kwbreet.be>



Kippenbouillon

Ingrediënten:

- 1 graankip
- 1 ui
- 1 stuk stoofprei
- 2 stengels witte selder
- 4 grote wortelen
- peterseliestengels
- thym, laurier, peperbolletjes, kruidnagel en zout

Werkwijze:

- De kip samen met de bruikbare groenten (prei, selder, wortelen), de uien waarin enkele kruidnagels gepikeerd zijn, het kruidentuiltje (peterseliestengels, thym en laurier), peperbolletjes en basiskruiding zout zachtjes gaarkoken (30 min).
- Kippenbouillon zeven