

Paardenfilet Fiorentina Con Fagioli

Ingredienten

- 800 g paarden filet pure
- 500 g cannellini bonen
- 600 g aardappelen (Nicola)
- 100 g rucola
- 1 teentje knoflook (gesnipperd)
- 1 el olijfolie
- 40 g kaas parmezaanse
- 1 takje rozemarijn
- 10 g salie
- grof zeezout
- peper

Bereiding

Kook de cannellini bonen in heet water. Rits de rozemarijnnaaldjes af, hak fijn met de salieblaadjes. Meng de kruiden met het zeezout en strijk het vlees hiermee in. Maal er verse peper over en besprenkel met een scheut olijfolie.

Schroei het vlees op de grill licht roze. Versnijd de aardappeltjes in partjes. Leg ze in de olijfolie en besprenkel met het zoutmengsel. Bak ca. 10 min. op 200°C.

kuis de filet pure op, kruid met peper en zout, rozemarijn en salie, vacumeer en en laat deze 4 u op lage Temperatuur (45°C) garen, versnij de filet en bak aan in hete olie. Bestrooi opnieuw met het zoutmengsel.

Giet de boontjes af, bak ze in olijfolie met een geplet teentje knoflook, fijngehakte salie en rozemarijn. Strooi er versgemalen peper en zout over. Serveer eventueel met Parmezaanse kaas en rucola.

serveren:

Vul een vormpje met de cannellini, duw goed aan. Verwijder de vorm. Leg 2 stuks filet en 2 stuks entrecote op het bord. Werk af met de ovenaardappeltjes en besprenkel met wat olijfolie, grof gemalen peper en een snuifje van het zoutmengsel. Serveer met een takje rozemarijn.

wijnsuggestie:

rosso di montalcino gianni brunelli - is zeer fruitig en zacht

[Connect](#)

Bron: www.njam.tv Peppe Giacomazza