

# Gebraden kalfsvlees met gekarameliseerde zwezeriken, gebakken aardappelen, artisjokken en tomaten



## Ingredienten

## Bereiding

Recept voor 4 personen

### Ingrediënten:

Kalfsvlees:

- 4 kalfssneden
- 60 g boter
- 250 g spinaziebladeren, gewassen
- zout
- peper

Zwezerik:

- 1 hele kalfszwezerik van het hart
- 1 laurierblad
- 1/2 citroen
- zout
- 1 snuifje suiker
- gewone bloem om te bestuiven

Aardappelen en artisjokken:

- 2 Maris Piper aardappelen, gekookt
- 2 globe artisjokharten, gekookt en bereid

Tomatencompote:

- 2 bakjes zoete kerstomaatjes, van elk 400 g, grof gehakt
- 1 el olijfolie
- zout

Om te serveren:

- 85 ml kalfsfond, verwarmd

- 1 handvol paarse baby basilicum

**Bereidingswijze:**

1. Week de zwezerik twee dagen in koud water (tweemaal vervangen), laat uitlekken en plaats in een sauspan. Dek af met koud water, pers het citroensap erin, voeg het laurierblad toe en breng op smaak met zout en suiker.
2. Dek af met vetvrij papier, breng aan het sudderen. Laat zachtjes pocheren gedurende 5 minuten totdat de zwezerik stevig aanvoelt en haal van het vuur.
3. Laat afkoelen in de vloeistof en verwijder voorzichtig het buitenste membraan. Spoel in de pocheervloeistof en snij in vier porties.
4. Snij elke aardappel in 8 en snijd 16 kleine schijfjes van elk van deze plakjes. Snijd elk artisjokhart in 6 en zet opzij.
5. Tomatencompote: plaats de tomaten in een roestvrijstalen steelpan en laat ze zachtjes inkoken. Voeg de olijfolie toe als deze bijna droog is en breng op smaak.
6. Bak het kalfsvlees, vlak voor het serveren, met 20 g boter in een hete pan met antiaanbaklaag gedurende 10 minuten. Kruid naar wens en laat 5 minuten rusten.
7. Giet het vet uit de pan en voeg opnieuw dezelfde hoeveelheid boter toe. Bebloem de zwezerik licht en bak in de hete boter. Wanneer goudbruin, verwijder en breng op smaak met zout, suiker en citroensap.
8. Giet de pan opnieuw af en voeg 20 g boter toe. Karamelliseer de artisjok en aardappelschijfjes, draai ze voorzichtig in de boter en voeg, wanneer goudbruin, de spinazie toe en laat garen.
9. Druppel op een warm bord de tomatencompote en dresseer een deel van de aardappelen, spinazie en artisjokken. Snij het kalfsvlees in plakjes en leg er bovenop met een stuk van de zwezerik en wat basilicum. Overgiet met een paar lepels kalfsjus.

Recept naar Matthew Tomkinson