



Rundvlees met pepersaus en kappertjes

en pastinaakfriet met truffelolie en kaas



30-40min



2 personen

Dit koolhydraatarme gerecht van chef Tamara is weer een schot in de roos! Vandaag maak je een moderne variant op de klassieke biefstuk in peperroomsaus. In plaats van biefstuk braad je bavette en de pepersaus krijgt een extra kick dankzij de ziltige kappertjes. Omdat er nu eenmaal friet bijhoort, maak je knapperige pastinaakfrietjes, die je een niveautje hoger tilt met truffelolie en geraspte Italiaanse kaas.

Wat je van ons krijgt

- 1x bavette
- 4 pastinaken
- 1 zakje kappertjes
- 1 zakje zwarte pepperkorrels
- 1 blokje harde kaas ⁷
- 2 flesjes truffelolie

Wat je thuis nodig hebt

- boter ⁷
- mosterd ¹⁰
- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan met deksel
- maatbeker
- keukenrasp

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 652kcal, vet 42.4g, koolhydraten 27.1g, eiwit 35.6g



1. Pastinaak roosteren

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Laat het **vlees** op kamertemperatuur komen. Snijd de **pastinaken** in dunne staafjes. Verdeel ze over een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1el olijfolie en 1/2tl zout. Rooster in 18-20min goudbruin en knapperig in de oven. Schakel de oven uit, zet 'm op een kier en laat de **pastinaakfriet** nog ca. 5min staan.



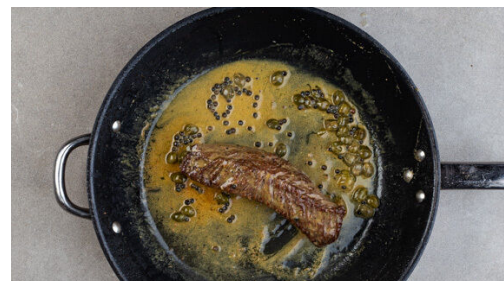
4. Kaas raspen

Rasp ondertussen de **kaas** fijn.



2. Vlees braden

Dep het **vlees** droog en wrijf het in met peper en zout. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olijfolie. Braad het **vlees** 2-4min op de vetkant, draai om en braad nog eens 2-4min, afhankelijk van de dikte. Neem uit de pan en laat het afgedekt rusten.



5. Saus afmaken

Roer 2el boter en 2tl mosterd door de saus en doe het **vlees** terug in de pan. Doe een deksel op de pan en gaar nog 1-3min, afhankelijk van of je het **vlees** medium of doorbakken wilt.



3. Saus maken

Zet de gebruikte pan terug op middelhoog vuur en voeg de **kappertjes** en **peperkorrels** toe. Bak 1-2min en schenk dan 125ml water in de pan. Bestrooi met een snuf zout en breng de **sous** al roerende aan de kook. Laat 3-4min zachtjes pruttelen.



6. Pastinaak afmaken

Hussel de **pastinaakfriet** om met de **truffelolie** en daarna met de **kaas**. Breng op smaak met zout en peper. Neem het **vlees** uit de pan, snijd het in plakken en verdeel met de **pastinaakfriet** over de borden. Bedruppel met de **sous**.