



Kogelbiefstuk met romige tijmsaus

en gekarameliseerde ovengroenten



ca. 30min



2 personen

Dit lijkt een eenvoudig gerecht, maar bij nadere inspectie bevat dit avg'tje van chef Natalie een keur aan smaken en ingrediënten. De kruidige tijm doet het goed in de romige saus en de groenten en aardappels worden in de oven een beetje gekarameliseerd, wat ze net dat extraatje geeft. De perfecte maaltijd voor een gure dag.

Wat je van ons krijgt

- 500g krieltjes
- 1 knolselderij ⁹
- 1 wortel
- 2 kogelbiefstukken
- 15g verse kruidenmix: platte peterselie & tijm
- 1 pakje melk ⁷
- 1 kuipje grove mosterd ¹⁰

Wat je thuis nodig hebt

- boter ⁷
- bloem ¹
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- garde
- dunschiller

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), selderij (9), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 665kcal, vet 27.6g, koolhydraten 58.6g, eiwit 39.6g



1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 220°C. Halveer de **krieltjes**. Schil en snijd de **knolselderij** in blokjes. Schil of schrob de **wortel**, snijd hem in de lengte doormidden en dan in plakjes.



2. Groenten roosteren

Meng 1el plantaardige olie met 1-2tl suiker en een snuf zout en peper. Verdeel de **groenten** en **krieltjes** over een bakplaat met bakpapier en hussel ze om met de **marinade**. Rooster in 20-25min gaar en goudbruin in de oven. Schep halverwege een keer om.



3. Biefstuk voorbereiden

Dep het **vlees** droog en wrijf het in met zout en peper. Laat ca. 10min rusten. Hak de **peterselie** zonder harde steeltjes fijn.



4. Vlees braden

Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 2el olie. Voeg het **vlees** en de **tijm** toe en braad 2-3min per zijde. Voeg na het omkeren 1-2el boter toe en lepel de gesmolten boter over het **vlees**. Neem uit de pan en laat ca. 5min rusten. Zet het vuur onder de pan laag.



5. Saus maken

Vis de **tijm** uit de pan en voeg 1el bloem toe. Bak 1-2min al roerend met een garde, tot de bloem goudbruin is. Voeg geleidelijk de **melk** toe terwijl je goed blijft roeren. Roer de **mosterd** door de **saus** en breng het geheel aan de kook. Draai het vuur laag en laat de **saus** een beetje inkoken.



6. Serveren

Breng de **saus** op smaak met peper en zout en roer de **peterselie** erdoor. Serveer de **biefstuk** met de **ovengroenten** en de **saus**.