

Recept Kroket Goulash met rundvlees



Ingrediënten voor de **salpicon**:

100 gram gegaard kalfsvlees
80 gram ui
80 gram paprika
10 tot 15 gram verse kruiden (peterselie, bieslook of koriander)
50 gram roomboter, plantaardige boter of kokosvet
50 gram tarwebloem
2 eidooiers
300 ml tomatensap
Runderbouillon-poeder of blokjes
Wat olie (of boter) om in te bakken
2.5 gram agar agar

Achter de hand: Lupinemeel, slagroom.

Benodigheden:

Koekenpan, middelgrote pan, mengkom, steelpannetje, rubberen spatel, maatbeker, kookwekker, mes en snijplank.

Werkwijze:

Bepaal samen welke kruiden je wilt gebruiken. Klassiek voor dit recept is peterselie. Snij klein en hou apart.

--

Snipper de ui.

Snij de paprika in kleine blokjes (brunoise).

--

Haal het rundvlees uit de verpakking en trek er slierten van met twee vorken of met de hand, of snijd zo fijn als je het hebben wilt. Weeg de juiste hoeveelheid af. Doe daarna in de grote mengkom.

Fruit de gesneden ui en paprika even kort in de koekenpan met wat olie of boter. Doe daarna in de grote mengkom.

Spilts de dooiers van twee eieren. Zet het eiwit weg in de koelkast. (Dit gebruiken we later bij het paneren.) Maak de dooiers los met een vork.

--

Meng alles nu in de grote mengkom. Proef! Breng met kruiden en specerijen, peper en zout verder op smaak. (Belangrijke smaakmakers is gerookte paprika.) Weeg de agar agar. Neem een steelpan. Doe hierin 300 ml tomatensap. (Nog niet op het vuur.) Strooi nu langzaam en gelijkmatig de agar agar over de bouillon zodat er geen (grote) klonten ontstaan. Doe er ook een half blokje runderbouillon of wat bouillonpoeder bij.

--

Weeg af en zet klaar in deze volgorde.

Roomboter, tarwebloem. Eidooiers en mengkom met ingrediënten.

--

We gaan nu de salpicon afmaken. Zet tegelijkertijd 2 pannen op het vuur:

1. Doe in een grote pan de roomboter of het kokosvet. Laat even warm worden en wacht tot het gesputter minder wordt. De bloem kan er nu bij. Roer met de rubberen spatel. De bloem moet **2 minuten garen** op laag vuur. Blijf roeren om aanbakken te voorkomen.
2. Zet de steelpan met het tomatensap, de bouillonpoeder en de agar agar op hoog vuur. Laat aan de kook komen en laat **2 minuten** op zacht vuur koken.

-Als de agar agar 2 minuten heeft gekookt kan deze bij de roux in de grote pan. Nu kunnen de ingrediënten uit de mengkom er ook bij. Verwarm en meng goed.

-Voeg ook losgeslagen eidooiers toe.

Hoe ziet de substantie eruit? Is het te dik? Voeg wat water toe. Als de substantie te dun is kan je wat lupinemeel toevoegen.

Proef! Breng alles op smaak. Heeft het nog iets nodig? Suggesties voor de smaak; lavas of maggi, lepeltje mosterd of mosterdpoeder, ketchup, kerrie, paprikapoeder, gerookte parika.

Eventueel kan je het geheel nog romiger te maken, met een flinke scheut slagroom.

--

Stort de salpicon op een bord. Zo plat en breed mogelijk, zodat het een groot oppervlak heeft om af te koelen. Laat het even uitdampen.

Zet, indien nodig, afgedekt met folie in de koelkast.

Vormen en paneren

Vormen

Nodig: Huishoudfolie, ijsschep.

Leg een stuk huishoudfolie op een werkblad. Schep 4 tot 6 afgestreken ijslepels naast elkaar op het midden van de folie. Vouw de folie er eenmaal omheen en breng in vorm. Rol het verder op. Leg, indien nodig, nog even in de koelkast of vriezer om verder op te laten stijven.

Paneren

Ingrediënten: Eieren en paneermeel.

Neem drie borden of bakjes. Doe in het eerste bord fijn paneermeel, in een tweede bord ei(wit), lichtjes op geklopt, in het derde bord kan grof paneermeel (panko).

Haal de kroketjes uit het folie. Breng, indien nodig nog even in vorm. Haal vervolgens door de drie borden. **En nu heb je een kroket!** Leg de kroketten tot gebruik in de koelkast.