

Recept
Kroket van lamsgehakt en rucola (op basis van roux)



Ingrediënten voor de **salpicon**:

300 gram lamsgehakt
1 flinke ui
85 tot 100 gram rucola
20 gram verse kruiden (bijv. koriander, peterselie, munt, bieslook)
75 gram noten of zaden
Wat olie om in te bakken
3,8 gram agar agar
500 ml bouillon (van rund, lam of groente)
100 gram plantaardige boter
100 gram havermeel
Citroensap, peper en zout
Achter de hand: lupinemeel

Werkwijze.

Bepaal samen het smaakbouquet van de verse kruiden en overige specerijen.
Snij eventuele verse kruiden klein en doe apart in bakjes.

Doe wat olie of boter in een pan en rul het gehakt. (Dat betekent het gehakt al roerend in de pan gaar bakken. Dat duurt ongeveer 10 minuten.) Doe het gehakt in een zeef of vergiet om extra vocht weg te laten lopen. Laat even afkoelen.

--

Snij de ui (en eventueel knoflook?) klein. Zo klein als jij prettig zou vinden in een kroket. Bak even kort in een koekenpan met een scheutje olie of wat boter.

--

De rucola. Was indien nodig. Maak daarna de rucola fijn, met de hand (of indien aanwezig met behulp van een keukenmachine).

--

Maak met wat kokend water (bijvoorbeeld uit de waterkoker) en bouillonpoeder (of blokje) de benodigde 500 ml bouillon.

--

Hak de noten klein. Zo klein als je ze tegen wil komen in de kroket.

--

Beoordeel het afgekoelde gehakt. Moet het nog iets kleiner voor in de kroket?

--

Doe nu in een grote mengkom: het gehakt, de ui (en knoflook), de rucola, noten/pijnboompitten en verse kruiden bij elkaar en proef. Breng op smaak.

--

Zet de bloem, boter en bouillon klaar in de juiste hoeveelheid.

--

Weeg de agar agar zorgvuldig af. Doe de bouillon in een steelpan en strooi de agar agar er langzaam en gelijkmatig overheen.

--

We gaan nu de salpicon op een warmtebron afmaken.

We zetten de twee pannen tegelijk op het vuur:

Een **steelpan** met:

De bouillon en de agar agar.

Breng aan de kook en laat 2 minuten op een zacht vuurtje koken.

Een grote pan/grote koekenpan:

- Eerst verwarmen we de roomboter. Laat op een zacht vuur de boter warm worden.
- Voeg in één klap de tarwebloem toe. Roer met de rubberspatel. Zet de kookwekker op 2 minuten. De bloem moet garen in de boter op een zacht vuurtje. (BLIJVEN ROEREN.)
- Als de bouillon ook minstens 2 minuten gekookt heeft, kan deze erbij.
- Zodra het een mooi geheel is kan de inhoud van de mengkom er beetje bij beetje bij.

Heeft het de juiste dikte? Je kan wat water langzaam toevoegen om het dunner te maken. Als het te dun is kunnen we voorzichtig wat lupinemeel toevoegen.

Proef! Breng op smaak met citroen, peper, zout of andere kruiden.

Suggesties voor de smaak: karwij, komijn, paprikapoeder, kerrie, nootmuskaat, kaneel, ketchup of harissa (pittig).

--

De salpicon is nu klaar! Stort hem zo plat en glad mogelijk op een bord uit. Zodra het uitgedampt is kan je het afdekken met huishoudfolie. Zet indien nodig nog even in de koelkast of vriezer.

Vormen en paneren

Vormen

Nodig: Huishoudfolie, ijsschep.

Leg een stuk huishoudfolie op een werkblad. Schep 3 tot 5 afgestreken ijslepels naast elkaar op het midden van de folie. Vouw de folie er eenmaal omheen en breng in vorm. Rol het verder op. Als het nog erg 'zacht' is kan je het nog 10 tot 20 minuten in de koelkast of vriezer leggen.

Paneren

Ingrediënten: Eieren en paneermeel.

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

Haal de kroketten uit het folie. Breng, indien nodig nog even in vorm. Haal vervolgens door de drie borden. Leg de kroketten tot gebruik in de koelkast.

