Hoofdgerechten / Duitsland

Pannetje met runderreepjes en spruitjes · Duitsland

Een hartige Studio-variatie met spruitjes, runderreepjes en een kruidige afwerking, geïnspireerd op Duitsland.

Tijd 35 min **Personen** 4

Dit heb je nodig.

- ☐ 150 g ui
- ☐ 600 g runderreepjes
- ☐ 180 ml zoutarme groentebouillon
- ☐ 1 g karwijzaad
- ☐ zout en peper naar smaak
- ☐ 30 ml neutrale bakolie
- ☐ 500 g spruitjes
- ☐ 20 g Duitse mosterd
- ☐ 10 g verse peterselie

Zo maak je het.

01 Maak de spruitjes schoon en snijd in kleine, gelijkmatige stukken. Snipper de ui.

02 Verhit de olie en fruit de ui vijf minuten. Voeg de spruitjes toe en bak enkele minuten mee.

03 Voeg de bouillon toe en laat afgedekt 12 minuten zacht koken, tot de groenten gaar zijn.

04 Bak de runderreepjes in een aparte pan volledig gaar tot minimaal 71 °C in de kern.

05 Schep het gare hoofdingrediënt bij de groenten. Voeg Duitse mosterd, karwijzaad, verse peterselie toe, roer rustig door en proef voor het serveren. Serveer direct.

AI-uitgewerkt, niet in een keuken getest.

Recept & herkomst DVS Recipe Studio / DVS Recipe Studio · AI-developed variation / CC0 1.0.
Oorspronkelijk recept en bronvermelding CC0 1.0
recipes.dvs-services.be / studio-de-01-10-420e647