

Dikke lende op croutons met gepocheerd ei



Ingrediënten voor 4 personen

4 ons dikke lende, vraag een stuk van max 5 cm hoog
250 gram kleine witte champignons
200 ml kalfsfond
klein scheutje (soja)room
4 hele verse eieren
2 eetlepels gehakte peterselie
4 plakken waldkornbrood of ander donkerbruinbrood zonder korstjes
peper, zout, olijfolie

Bereiden

Laat het vlees op kamertemperatuur komen. Zet de oven op 200 graden. Snijd het brood in dikke repen en leg op een bakplaat. Besprenkel met olijfolie en bak ze in 10 minuten krokant. Haal uit de oven en zet apart. Snijd de champignons in plakjes en hak de peterselie fijn. Breng een ruime pan water aan de kook. Maak 4 pocheerpakketjes van de eieren maar maak ze nog niet (zie filmpje <http://www.foodtube.nl/video/4/Ei-pocheren>). Maak nu eerst de champignons. Verhit wat olie in een kleine koekenpan. Bak de champignons hierin op hoog vuur tot ze bruin worden. Doe het vuur laag, voeg de kalfsfond en het scheutje room toe, laat 5-7 minuten zacht pruttelen en zet het dan uit.

Bak intussen de lende in een hete koekenpan met olie om en om zo'n 5 minuten. Bestrooi met peper en zout en laat het daarna rusten (onder de warmhoudlamp of in folie). Nu is het tijd op de eieren te pocheren. De pan met water kookt. Zet het vuur laag en laat langzaam de pakketjes met ei erin zakken. Laat de eieren 4 minuten pocheren, haal ze uit het water en leg ze met folie en al op een bord. Nu snel alle borden opmaken. Verwarm de champignons in de saus. Leg de croutons op het bord. Snijd de lende in plakjes (trancheren) en verdeel dit over de croutons. Saus erover, bestrooien met peterselie, eitje uit de folie halen, bovenop leggen en direct serveren. Eet smakelijk.

