

Ingrediënten voor 4 personen

4 kalfsentrecotes, 2 eetlepels olijfolie, 800 gram krieltjes, 4 eieren (medium gekookt), 2 bosjes groene asperges, 2 eetlepels olijfolie, Sap ½ limoen, 15 gram platte, peterselie, grof gesneden, Peper en zout

Tijd: 20-30 min.

Eigen_keuken: Nee

Vegetarisch: Nee



Kalfsentrecote met gebakken asperges

Bereidingswijze

Kalfsentrecotes insmeren met olijfolie en circa 20 minuten op temperatuur laten komen buiten de koelkast. De krieltjes in water met zout gaar koken, afgieten en warm houden. De eieren koken in circa 4 minuten. Afspoelen onder de koude kraan en pellen. Snij de onderkant van de asperges af en meng de asperges met de olijfolie. Verwarm de grillpan en grill de asperges op matig vuur beetgaar. Doe ze daarna in een schaal en bestrooi het met zout, peper en limoensap. De kalfsentrecotes om en om in koekenpan op matig vuur bakken ca 3 minuten aan iedere zijde. Op warm bord laten rusten. Afdekken met plastic folie. Krieltjes halveren, in een ring op een bord plaatsen en licht aandrukken. Leg hierop het ei en met een vork licht prakken. Leg de asperges op het bord en hierop de kalfsentrecotes in 3 mooie stukken gesneden. Tot slot bestrooi je het ei met grof gesneden platte peterselie.

Serveertips

Buiten het aspergeseizoen vervang je de asperges voor een ander seizoensproduct.