

Ingrediënten voor 4 personen

4 schouderkarbonades van 150 g
boter peper en zout 3 uien, in
halve ringen gesneden 3 tenen
knoflook, schoongemaakt en in
grovere stukjes 3 cm geschilde
vers geraspte gember 100 ml
ketjap manis 1 eetlepel sambal
oelek (of minder) 2 eetlepels
bruine basterdsuiker 1 theelepel
kentjoer of gemberpoeder
(verkrijgbaar bij de toko of Turkse
winkel) 2 biologische citroenen
van 1 citroen het sap en rasp. De
andere in partjes 150 g
spekblokjes, uitgebakken in een
droge koekenpan en uitgelekt op
keukenpapier 175 g sojaboontjes

Tijd: > 2 uur
Keuken: Aziatisch
Gang: Hoofdgerecht
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Oosterse karbonadestoof uit de Römertopf met sojaboontjes en citroen.

Zo af en toe kom ik een recept tegen, dat in de Römertopf klaargemaakt kan worden. Een slowcooker bezit ik (nog) niet, maar de werking van de Römertopf en de slow cooker is nagenoeg hetzelfde. De Römertopf is wat kwetsbaarder en je hebt er de oven bij nodig. Deze schotel van aardewerk moet zich met water volzuigen en gevuld in een koude oven geplaatst. Ik heb deze al vanaf ongeveer 1980 met veel plezier en gemak in het gebruik en is gelukkig nog nooit gebarsten. Dit recept , dat ik vond op de site van de Keurslager, sprak mij wel aan en ik mag wel zeggen.... we hebben gesmuld

Hulpmiddelen

Pan, slow cooker of Römertopf, oven, snijplank en mes

Bereidingswijze

VOORBEREIDING Roer ketjap, sambal, citroensap en rasp, gemberpoeder en vers geraspte gember en de basterdsuiker door elkaar . ZET DE RÖMERTOPF VOOR GEBRUIK RUIM EEN HALF UUR GEHEEL ONDER WATER. Bestrooi de karbonades met wat zout en peper en bak ze om en om aan beide kanten in gesmolten boter mooi lichtbruin . Smoor in dezelfde pan de halve uiringen en de knoflook ook in enkele minuten licht bruin. Leg de karbonades op de bodem van de Römertopf . Schep de ui en de knoflook op de karbonades en giet er de marinade over. Schep daarop de uitgebakken spekjes. Plaats dan de KOUDE schotel met het deksel in een KOUDE oven. Stel dan pas de temperatuur van de oven in op 160 graden. Een koude schaal zal beter het vocht opnemen. Bovendien gaan vitaminen en voedingsstoffen op deze manier niet verloren en is aanbakken niet mogelijk, omdat het binnen de römertopf niet heter wordt dan waterdamp. En de schotel kan niet knappen. Laat het vlees 2 uur in het midden van de oven garen. Voeg na 1 1/2 uur aan gaartijd de sojaboontjes en de in partjes gesneden tweede citroen toe. Serveer dit gerecht met rijst of mie en eventueel wat salade.

Serveertips

Lekker met wat zoetzuur van atjar, komkommer of zilveruitjes

