

Linzenbraadstuk met Mangopannacotta

Ik ontdekte het kookboekje waarin ik dit recept vond min of meer bij toeval in de boekhandel. Ik werd getriggerd door de vormgeving, en ook gewoon uit interesse want ik ben zelf niet zo'n expert in de wereld der bonen. Van huis uit niet meegekregen, dat scheelt altijd. Mijn moeder hield er niet van en we aten het alleen als geldgebrek niets anders over liet. Witte bonen in tomatensaus aten we dan, uit een potje, en niemand at het echt met plezier. Inmiddels heb ik geleerd dat je wel degelijk heerlijke dingen kunt maken met bonen. In m'n eigen kookboek vind je bijvoorbeeld een erg lekker recept voor bonennotenburgers. Maar dit kookboek van Joke Boon, die haar eigen blog heeft en ook voor dagblad Trouw schrijft, is echt een eye opener en wat mij betreft een aanrader voor iedereen die meer wil doen met linzen. En haar recept voor Linzenbraadstuk is ook echt fantastisch. In haar boek combineert ze het met een lekkere saus van champignons en balsamico, maar het was me simpelweg even veel te warm om langer in de keuken te staan en ik had geen balsamico meer in huis. Iets voor een andere keer dus. Ditmaal heb ik het gecombineerd met een zoet-frisse en heel simpel te maken mangopannacotta en gebakken aardappelblokjes. Een feest voor het oog, tong en verhemelte. De smaak van het linzenbraadstuk is echt super en lijkt opvallend sterk op de hartige umami-smaak van vlees. Echt proberen dit gerecht, je zult het zeker veel vaker gaan maken.



Opmerkingen

1. In het originele recept staat 'gemengde noten' opgenomen. Mijn schoonzoon heeft echter notenallergie dus hij zou dat simpelweg niet overleven. Amandelen, strikt genomen geen noot maar een pit, kan hij wel hebben, dus heb ik dat erin gedaan. Alle noten worden lekkerder als je ze even roostert en dat geldt zeker voor amandelen dus ook dat roosteren heb ik toegevoegd aan haar recept.
2. Verder heb ik uit gemakzucht de droge linzen vervangen door gekookte blikjes. Spoel die wel altijd even heel goed af, want anders wordt het geheel te zout.
3. In plaats van mangopannacotta kun je het jezelf nog makkelijker maken door er gewoon schijven mango bij te geven, of een eenvoudige mangosalade (mango met dressing van citroen en olijfolie)
4. Voor het recept van de perfect gebakken aardappelblokjes, zie het eerdere recept online (bij Gemarineerde lamkoteletjes met broccoli).
5. Agar agar is een perfecte vegetarische vervanger voor gelatine (dat van varkensbotten is gemaakt). Met de hoeveelheid is het soms een beetje experimenteren, maar als bijvoorbeeld de pannacotta's toch iets te slap blijken kun je ze weer terug doen in de pan, voorzichtig aan de kook brengen en er nog een beetje agar bij doen, even laten koken en dan weer terugdoen in de vormpjes om af te koelen. Lekker makkelijk dus.

Ingrediënten

- 2 blikjes bruine linzen (totaal ca. 500 gram uitgelekt gewicht)
- 1 grote rode ui, fijngesneden
- 1 grote teen knoflook, fijngesneden
- 2 volle el zongedroogde tomaten (in stukjes of zelf fijngesneden) op olie, uitgelekt.
- 3 eetlepels olie uit de pot zongedroogde tomaten
- 1½ tl tijm
- 250 g champignons, in plakjes
- 25 g geraspte kaas (goede gruyère van de kaasboer is erg lekker, maar belegen geraspte uit een zakje kan eventueel ook)
- Zout en peper
- 100 g ongezoeten blanke amandelen (of gemengde noten; zie opmerking)

- 4 eieren
- 1 groentebouillon- of paddenstoelenbouillonblokje, verkruimeld
- 25 g havermout
- Boter (voor het invetten)
- Bakpapier

Mangopannacotta's

- Ca. 400-500 gram mango
- 2-3 dl sinaasappelsap
- 2 el Citroensap
- 5 gr agar-agar (ca. 1 ½ volle tl)

Gebakken aardappelblokjes

- 1 kilo aardappelen (iets kruimig)
- olijfolie
- zout

Extra

- Mangochutney (potje)

Bereiding

Linzenbraadstuk

- Verwarm de oven voor op 180°
- Doe de linzen in een zeef en spoel ze heel grondig af met koud water. Laat goed uitlekken.
- Giet 3 el olie uit het potje van de gedroogde tomaten en bak daarin op laag vuur de ui. Voeg voeg de knoflook toe en de tijm. Bak op laag vuur een paar minuten door.
- Voeg de champignons toe, doe een deksel op de pan en bak een paar minuten tot de champignons vocht beginnen te verliezen. Haal dan de deksel weg en bak op iets hoger vuur nog een paar minuten.
- Haal van het vuur en schep het geheel in een maatbeker. Voeg de zongedroogde tomaat toe en roer even door. Pureer het mengsel grof in de keukenmachine of met de staafmixer.
- Schep de geraspte kaas erdoor, maak op smaak met een beetje zout en royaler peper en zet opzij.
- Rooster de amandelen in een droge pan op hoog vuur tot ze bruine vlekjes krijgen. Stort ze dan meteen op een bord en laat afkoelen. (Als je gemengde noten gebruikt kun je ze roosteren of dit roosteren overslaan.)
- Hak de noten grof (met hakmolentje of met de hand).
- Klop de eieren los in een grote kom met het verkruimelde bouillonblokje en meng er de linzen, gehakte noten en havermout grondig door.
- Vet een cakevorm van ca. 20-25 cm in met boter en leg daar een stuk bakpapier in. Druk het goed in de vorm op de bodem, langs de randen en de zijkanten.
- Vul de cakevorm met de helft van dit linzen-notenmengsel en druk het goed aan met de bolle kant van een lepel.
- Neem het champignon-uimengsel en verdeel dit in het midden als een lange rol. Laat aan de zijkanten en korte kanten een klein beetje ruimte over.
- Vul deze lange en korte kanten het linzen-notenmengsel en verdeel de rest erboven op. Druk nog even aan en strijk glad met de achterkant van de lepel.

- Bak in het midden van de oven in 45 minuten gaar en bruin. Haal uit de oven en zet zo nodig opzij als je de rest nog moet maken. Laat de oven aan.

Mangopannacotta

- Schil de mango en snijd het vlees in stukjes. Doe in een mengbeker en pureer.
- Vul met sinaasappelsap aan tot 7 dl. Pureer nog even opnieuw. Maak op smaak met citroensap.
- Breng het sap in een pannetje aan de kook en meng er de agar agar doorheen.
- Kook het sap drie minuten op laag vuur terwijl je roert. Als de agar klontjes vormt, ga er dan nog even met de staafmixer door.
- Giet in siliconenvormpjes en laat in de koelkast ca. 4 uur afkoelen

Gebakken aardappelblokjes

Zie eerder online recept (bij Gemarineerde lamkoteletjes met broccoli)

Afmaken

Warm het linzenbraadstuk op in de oven. Snijd het in plakken. Leg een plak op de borden en laat wat je overhoudt in uitgezette oven staan om warm te houden. Stort de pannacotta's uit de borden en schep er een lepeltje chutney op of naast. Leg er een bergje aardappelblokjes naast. Bestrooi deze met wat zout of zet de pot zout op tafel. Zet ook de pot chutney op tafel voor wie er meer van wil.

