

20-04-2017

---

Kookavond

## Kalfsoester met asperges, sluimererwten en morieltjes vergezeld van een sausje van zure room en sherry.

Nodig:

- 500 gr asperges
- 200 gr sluimererwten
- 100 gr verse morieltjes
- 1 sjalot
- 1 teen knoflook
- 2 el boter
- 2 dl witte wijn
- 4 cl sherry
- 100 gr zure room
- 4 kalfsoesters
- 1 à 2 el bloem
- 2 à 3 el plantaardige olie
- Enkele stukjes kervel

Zo maak je het:

- schil de asperges en snij den uiteinden af, kook ze 8 min in kokend gezouten water. Laat uitlekken, maar hou een deel van het kookvocht apart.
- Snij de asperges in stukken van 2 à 3 cm schuin.
- Maak de sluimererwten schoon en blancheer in kokend gezouten water, laat uitlekken en snij in tweeën.
- Was de morieltjes en dep droog.
- Pel de sjalot en de knoflook en snipper fijn, smolt de boter in een pan en fruit de sjalot en de look 1 à 2 min. Blus met de witte wijn en de sherry, laat inkoken met de helft en voeg ongeveer 1 dl kookvocht van de asperges toe en mix fijn.
- Voeg de zure room toe, kruid met peper en zout, doe er de versneden asperges, de geblancheerde sluimererwten en de gewassen morieltjes bij.
- Warm even door in de saus maar laat de saus niet koken.
- Kruid de kalfsoester met peper en zout en wentel in de bloem, verhit de olie in een braadpan en bak het vlees 2 à 3 min goudbruin aan elke kant.
- Verdeel de groenten en de saus over de borden en schik er de kalfsoester op, werk af met plukjes kervel en serveer.