



---

## TOURNEDOS MET OESTERZWAMMEN IN KNOFLOOK-SOJA SAUS

---

### Ingrediënten:

4 Tournedos  
200 gram oesterzwammen  
3 tenen knoflook  
4 eetlepels soja saus  
4 eetlepels water  
Zout en peper  
Boter en olijfolie om te bakken



---

### Bereiding:

Maak de ossenhaas schoon (ontvriezen) en snij haaks op de richting van het draad mooie gelijke tournedos van 160 gram.

Leg de "kop"(het dikke eindstuk van de haas) apart.

Verhit een platte koekenpan met een klontje roomboter en een scheutje olijfolie.

Breng de tournedos op smaak met peper en zout.

Bak de tournedos kort aan in een hete pan aan beide zijden.

Leg de tournedos op een bakplaat met bakpapier en laat ze rusten.

Snij de oesterzwammen en maak de teentjes knoflook schoon.

Snij de knoflook in dunne plakjes en fruit deze aan in het braadvocht van de tournedos.

Voeg de oesterzwammen toe en blus dit na 4 minuten bakken af met wat soja saus.

Voeg er dezelfde hoeveelheid water aan toe en laat het geheel inkoken.

---

Plaats de tournedos nog even in de oven ( ongeveer 8 minuten op 180 graden Celsius) totdat de gewenste gaarheid is bereikt.

Serveer de tournedos met een bijpassend aardappel- en groente garnituur.

---