



LAMSVLEES IN TEMPURAH MET BRUINE SUIKER EN TARTAAR VAN TOMAAT

Receptuur voor 4 personen

Ingrediënten

600 gram lamsfilet zout en peper 1 eetlepel bruine suiker Olijfolie 1,5 dl. Koud water zwarte peper en zout 200 gram Tempurah bloem Wok met zonnebloemolie om in te bakken	2 vleestomaten 2 el. Koriander 2 el. peterselie 1 theelepel balsamico azijn 1 klein beetje suiker zout en peper
---	--

Bereidingswijze:

Tartaar van tomaat

Ontvel de tomaten: Zet een kleine pan op heet water en breng dit aan de kook. Snij aan de onderkant van de tomaat een klein kruisje van 2 cm. niet te diep alleen door het vel heen. Leg de tomaat ongeveer 20 seconden in het kokende water totdat het vel om gaat krullen. Leg de tomaten direct in het koude water zodat ze schrikken en laat deze afkoelen. Snij de tomaat in partjes en verwijder de zaadjes en het vocht. Snij en hak zeer kleine blokjes totdat een tartaar ontstaat. Doe de tomaat in een klein bakje en voeg de kruiden en de smaakstoffen toe. Plaats de tartaar in de koelkast.

Lamsvlees

Snij de filets in gelijkmatige reepjes van ongeveer een vinger dikte. breng deze op smaak met zout peper en suiker. Maak van het water, zout, tempurah bloem en peper een beslag en roer dit glad (yoghurt dikte).

Afwerking:

Verhit de olie in een wok. Haal de reepjes vlees door het beslag met een vork en frituur de lamsreepjes kort totdat ze knapperig zijn maar wel rosé. Maak op het bord mooi torentjes tomaten tartaar en serveer de lamsfilet samen met de overige componenten.
