



## ***Lamsfricandeau met Lentestampotje en citroenjus***

- 1 ½ kilo vastkokende aardappelen
- 1 kilo bospeen
- 500 gram spinazie
- 12 stuks lamsfricandeau á 150 gram
- 2 citroenen
- Peper, zout
- 210 gram boter
- 2 ¼ halfdroge witte wijn
- 1 ½ eetl. Vloeibare honing
- 2 potten vleesfond á 380 ml.
- 1 ½ zakje verse kervel
- aluminiumfolie



### Vorbereiden:

Aardappels schillen, wassen en in blokjes ca. 1 cm snijden. Bospeen met dunschiller schillen en in stukjes van ca. 1cm snijden. Spinazie wassen, laten uitlekken en grof snijden, tot gebruik in koelkast zetten.

Citroen goed schoonboenen en boven kom met citroentrekker dunne reepjes van schil trekken. Citroen uitpersen

### Bereiden:

Lamsfricandeau bestrooien met zout en peper. In ruime braadpan 120 gram boter verhitten en fricandeau op hoog vuur rondom bruin bakken. Wijn 1 ½ dl. Water, citroenschilletjes, 3 eetl. Citroensap (rest wordt niet gebruikt) en honing aan fricandeau toevoegen. Vervolgens fricandeau afgedekt in ca. 20 minuten (afhankelijk van dikte) bijna gaar (rosé) stoven. Vlees uit de pan nemen. Fond toevoegen en jus op hoog vuur tot ca. helft laten inkoken. Fricandeau in jus terugleggen en ca. 10 minuten zachtjes laten sudderen.

Intussen aardappel- en wortelblokjes in weinig water en zout in 15 minuten gaarkoken, afgieten en in afgesloten pan warmhouden. Op laag vuur spinazie aan aardappel- en wortelblokjes toevoegen en met spatel omroeren tot grof stampotje. Op smaak brengen met zout, peper en 60 gram boter.

Borden verwarmen. Lamsfricandeau in dunne plakken snijden en warm houden in aluminiumfolie. Rest van koude boter in blokjes snijden. Blokjes boter van vuur af al kloppend door jus roeren. Stampotje over borden verdelen en fricandeau erbij leggen. Jus over vlees scheppen. Kervel erboven en fijn knippen.