

KOTELETTEN MET BLOEMKOOL

Benodigdheden : voor **4** personen

4	st	Koteletten of mignonetten of spiering
1	st	Bloemkool
600	gr	Krieltjes – of Nicola in gelijke stukken
1	blokje	Kippenbouillon
1	kl	Kerriepoeder
2	kl	Grove mosterd (eventueel gewone Dijon)
2	dl	Room
2	el	Bloem
		Boter + peper - zout

Bereidingstijd: 25 + 25 minuten in de oven

Werkwijze :

Verwarm de oven voor op 185 gr C

Verdeel 1 bloemkool in roosjes en kook of stoom ze beetgaar (+- 9 minuten)

Spoel 700 gram krieltjes of Nicola in gelijke stukken en kook ze beetgaar (+- 19 minuten)

Doe 2 dl room en 2 dl water samen met 1 kippenbouillonblokje en 1 kl kerriepoeder in een pannetje en laat 3 minuten zachtjes pruttelen,.

Neem van het vuur en roer er 2 kl grove mosterd door.

Doe de bloemkoolroosjes en de aardappelen in een ovenschotel en giet er de roomsaus over.

Zet de schaal 25 minuten in de oven.

Bebloem eventueel de koteletjes met wat bloem. Dat jan een krokant korstje geven maar is niet echt nodig.

Smelt wat boter en bak de koteletjes langs beide zijden mooi bruin.

Bak ze zeker niet te lang. Droog vlees is niet lekker. 2-3 minuten aan elke kant is ong. genoeg.

Dien alles warm op.

Samkelijk.

=====