

DANKIE
TANNIE

“Free Range” Kudu Lasagna

Wat is meer “free-range,” “grass-fed,” en “sustainable” as wildsvleis? Kom ons maak n lekker kudu lasagna

Bedien:
6

Porsiegrootte:
300g

Voorbereidengstyd:
45min

Kooktyd:
2ure

Bestandele

Vleissous (Ragu)

70g Uie

35g Seldery

35g Wortels

15g Knoffel

200g Spek

2 Rooirissies

25g Pietersielie

15g Roosmaryn

15g Botter

Metode

Vleissous (Ragu)

Stap 1

Berei al die bestanddele voor: kap die uie, seldery, wortels (mirepoix), knoffel, rooirissies, kruie en spek.

Stap 2

In 'n groot pot, verhit 15g botter en 'n bietjie olie. Braai die spek tot dit bros is. Haal uit en sit eenkant.

Stap 3

Voeg die mirepoix by die spekvet en braai oor medium hitte vir sowat 15 minute tot die uie deurskynend is.

Stap 4

Voeg die knoffel by en braai nog 5 minute.

500g Kudu maalvleis

400g Vark maalvleis

375ml Rooiwyn

400g Tamatie puree (1 blik)

½ Suurlemoen

1 parmesaankors

Olie van 1 blikkie gerookte mossels

Sout en peper, na smaak

Olie, vir braai

Bechamélsous:

150g botter

150g meel

1.5L melk

Sout en swartpeper

Neutmuskaat

Vars gerasperde parmesan

Ander:

Lasagnavelle (winkelgekoop of vars)

Ekstra kaas vir bo-op (opsioneel)

Roer die tamatiepuree in en braai totdat dit effens donkerder en dikker raak – dit gee die sous 'n lekker diep geur.

Stap 5

Voeg die spek terug, en gooi die kudu en vark maalvleis by. Braai tot die vleis mooi bruin is.

Stap 6

Laat die mengsel op 'n lae hitte prut vir minstens 1 uur, met die deksel effens oop, sodat die geure ontwikkel en die vloeistof kan dik raak.

Stap 7

10 minute voor dit klaar is, voeg die olie van die blikkie gerookte mossels by. Roer deeglik deur – dit is die geheime geurkrag!

Bechamélsous

Stap 8

Smelt die botter in 'n kastrol oor matige hitte.

Stap 9

Voeg die meel by en klits aanhoudend tot dit 'n gladde paste vorm.

Stap 10

Kook die mengsel vir ongeveer 2-3 minute totdat dit 'n neuterige geur gee.

Stap 11

Voeg die melk geleidelik by terwyl jy klits – maak seker daar is geen klonte nie.

Kook die sous tot dit dik en glad is.

Stap 12

Geur met sout, peper, neutmuskaat en gerasperde parmesan.

Stap 13

Bedek met kleefplastiek wat die oppervlak raak om te verhoed dat 'n vel vorm. Sit eenkant.

Lasagna bou

Stap 14

Voorverhit die oond tot 180°C.

Stap 15

Kook jou lasagnavelle vir 'n kort tydjie sodat dit nie te hard is nie. (dis klink weird maar ek haat n harde stuk lasagna vel)

Stap 16

In 'n groot oondbak, begin om lae te bou:

Begin met 'n laag van die vleissous.

Dan 'n laag pasta

Dan 'n laag béchamelsous

Stap 17

Herhaal die lae en maak seker jy het

minstens vier lae pasta. Eindig met béchamelsous en strooi ekstra kaas oor indien jy wil.

Stap 18

Bak vir 40 - 50 minute of tot goudbruin en borrelend.

Stap 19

Laat die lasagna 30 minute rus voor jy dit sny - dit help dit stol en sny netjieser.

Bron: Marli Mckellar

