



Rundervink met mosterdsaus

5 personen
35 minuten

Ingrediënten

Rundervink
Roomsaus bij groenten
Sperziebonen
Aardappelschijfjes naturel
Mosterd

* Leg de ingrediënten van het menu klaar, weeg desgewenst af.

* Maak de sperziebonen schoon en halveer deze. Was de boontjes onder stromend water. Breng in een pan een ruime hoeveelheid water aan de kook en kook in 14 tot 16 minuten de sperziebonen gaar. Giet af in een vergiet en breng de bonen op smaak met peper of nootmuskaat. Alternatieve bereidingswijze: Maak de sperziebonen schoon en halveer. Verhit vloeibare margarine of olie en roerbak de sperziebonen in 8 tot 10 minuten op matige temperatuur gaar. Maak gebruik van wok-olie voor een extra smaak dimensie.

* Verhit een koekenpan met vloeibare margarine en/of olie. Bak de rundervinken rondom bruin op matige temperatuur in ca. 20 minuten gaar. Keer het vlees regelmatig om.

* Verhit in een koekenpan de margarine en/of olie en bak de aardappelschijfjes in 8 tot 10 minuten goudbruin en gaar. Schep de aardappelen regelmatig om.

* Tip! Snipper een uitje en voeg dit de laatste 3 minuten toe aan de gebakken aardappelen.

* Bereid de roomsaus zoals op de verpakking staat aangegeven. Voeg ca. 1 theelepel mosterd per persoon toe.

* Serveer de mosterdsaus bij de rundervinken.

Smakelijk!