Hoofdgerecht: eendenborst, zoete aardappel en linzen-bonenmix

Ingrediënten:

***Eendenborst**:*

5 st	*eendenborstfilet (canette)*

Saus:

100 gr	*sjalot*
100 gr	*winterpeen*
100 gr	*prei*
5 st	*teen knoflook*
	zonnebloemolie
1 st	*takje rozemarijn*
1 st	*takje tijm*
1 st	*blad laurier*
0,5 dl	*balsamicoazijn*
2,5 dl	*rode wijn*
4 dl	*kalfsfond*

Aardappel:

2 st	*zoete aardappel (langwerpig middelgr)*
2 tl	*agavesiroop*
	olijfolie

Groenten:

1 st	*winterwortel*
	olijfolie
	knoflookolie
1 st	*bosje lavendel*

50 gr	*groene spliterwten*
50 gr	*rode linzen*
1,5 dl	*water*
250 gr	*kokosmelk*
1,5 dl	*water*
1 st	*takje tijm*
2 st	*teen knoflook*
	tabasco olie
	zout

50 gr	*zw. bonen (blik)*
50 gr	*mais*
2 el	*olijfolie*
1 el	*appelciderazijn*
	peper en zout

***Afwerking**:*

peper en zout

Bereidingswijze:

Eendenborstfilet:
Maak de eendenborsten schoon en snijd het vet kruiselings in. Bewaar de afsnijdsels voor de saus. Bak 45 min voor het uitserveren van de eend deze op de vetkant goudbruin in een droge koekenpan. Draai dan de filets om als het vet er helemaal uit is gebakken, laat ze 30 sec liggen en haal uit de pan. Leg de eend op een ovenplaat en gaar 4 min in een oven van 160°C. Laat daarna in aluminiumfolie rusten in de warmhoudkast.

Saus:
Snipper de sjalot, maak winterpeen en prei schoon en snijd in grove stukken. Snijd de knoflook fijn. Bak de kleingesneden afsnijdsels van de eend aan in wat olie en giet na het bakken het meeste vet af. Fruit de sjalot, winterpeen, prei en knoflook erbij. Voeg de kruiden toe. Blus af met de balsamicoazijn en laat deze verdampen. Voeg daarna de rode wijn toe en laat inkoken tot er ca 1 dl vocht over is. Voeg daarna de fond toe. Laat op laag vuur 1 uur trekken. Zeef de jus, kook eventueel verder in totdat er 1,5 dl over is. Bewaar de saus afgedekt op de werkbank.

Aardappel:
Snijd de zoete aardappels in totaal 10 verticale stukken (1 stuk per persoon). Smeer in met een beetje met water verdunde agavesiroop. Pak in in aluminiumfolie en laat even intrekken. Smeer de stukken dan in met olijfolie en rooster ong 20 min in de oven op 160°C totdat ze gaar zijn. Houd warm in de warmhoudkast.

Groenten:
Snijd de wortel in 10 gelijke plakken van 1 cm. Blancheer deze 5 min in kokend water. Konfijt daarna 30 min in olijfolie met tijm, knoflookolie en lavendel in een oven van 60°C.

Kook de erwten en linzen beide apart ong. 20 min in water. Voeg dan (apart) kokosmelk, tijm, knoflook, 1 tl tabasco olie en wat zout toe en kook verder op laag vuur tot ze gaar zijn. Blijf regelmatig roeren! Let op de kokosmelk kookt snel droog!!! De linzen zijn sneller gaar dan de spliterwten. Laat wat afkoelen.
Meng met de zwarte bonen en de maiskorrels met het bonenmengsel en bewaar afgedekt in de warmhoudkast.

Afwerking:
. Brand de aardappelstukken met een keukenbrander licht aan zodat ze iets verkleuren.
. Verwarm de saus en breng op smaak met peper en zout.
. Trancheer de eendenborst in dunne plakken.

Indekken:
Dek in met een warm groot bord met mes en vork.

Presentatie:
Zie foto: Leg op elk bord 3 à 4 plakjes van de eendenborst met daarbij zoete aardappel en linzenbonenmengsel. Garneer met de rode wijnsaus.