

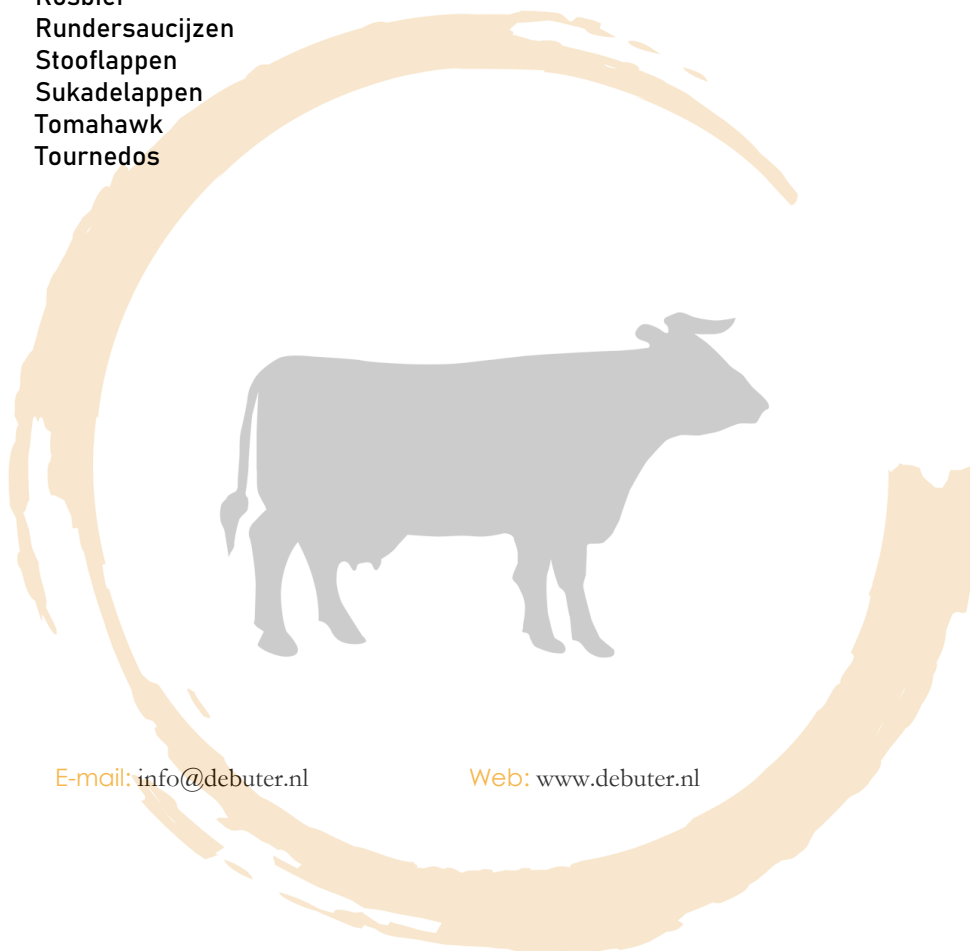


In dit bestand vind u alle standaard bereidingswijzen van onze stukken Herefordvlees. Natuurlijk kun je het vlees ook heel goed gebruiken in allerlei recepten.

Eet smakelijk!

Inhoud:

Pagina 2.	Bavette
Pagina 3.	Bief-Baklappen
Pagina 4.	Biefstuk
Pagina 5.	Côte de Boeuf
Pagina 6.	Entrecôte
Pagina 7.	Gehakt
Pagina 8.	Hacheevlees
Pagina 9.	Hereford-Burger
Pagina 10.	Kogelbiefstuk
Pagina 11.	Magere rundlappen
Pagina 12.	Picanha
Pagina 13.	Poulet
Pagina 14.	Ribeye
Pagina 15.	Riblappen
Pagina 16.	Rollade
Pagina 17.	Rosbief
Pagina 18.	Rundersaucijzen
Pagina 19.	Stooflappen
Pagina 20.	Sukadelappen
Pagina 21.	Tomahawk
Pagina 22.	Tournedos



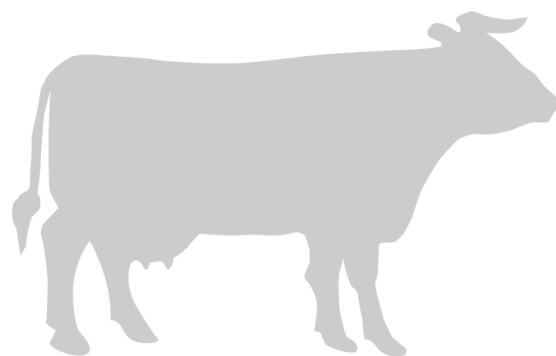


BAVETTE

Bavette wordt ook wel vanglap, vinkelap en flank steak genoemd. De bavette komt uit het dikste gedeelte van de vang van de koe. De vang zit aan de onderkant van de koe, tussen de bil en de borst in. Bavette heeft een grove draad door de spiermassa van de koe in de vang.

Bavette is een betaalbare delicatessen en is vooral in Frankrijk erg populair. Sinds een aantal jaar zien we het vlees ook steeds vaker op de menukaart van Nederlandse chefs.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de bavette een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter of twee eetlepels olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot de boter gesmolten is of de olie een beetje rookt.
5. Leg het vlees in de pan. Bak het op hoog vuur in 1 minuut rondom bruin.
6. Zet nu het vuur iets lager en laat de bavette nog 3 minuten rustig braden.
7. Haal het vlees uit de pan en pak het losjes in aluminiumfolie. Laat het op deze manier nog even rusten voor je het serveert.
8. De bavette mag nog rood zijn van binnen, net als bij een biefstuk.

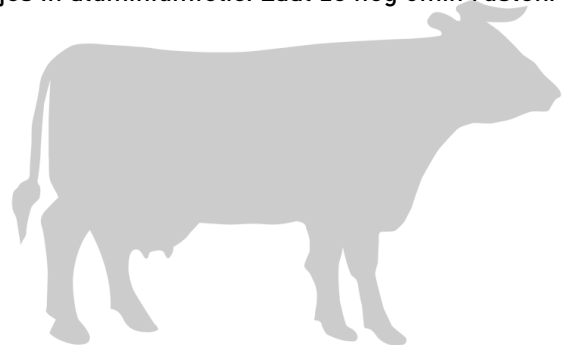




BIEF - BAKLAPPEN

Bief- baklappen worden van magere rundvleesdelen gesneden. Bijvoorbeeld van een bloemstuk, liesstukje, staartstuk, muis of schouderlap. Het vlees kan zowel gaar als rosé gegeten worden. Dunne baklapjes worden ook wel bieflapjes genoemd. Het mag ook gesneden worden van andere delen van voor de biefstuk. Hierdoor zijn bief- baklapjes iets minder mals dan een biefstuk. Maar de smaak is voller door de steviger structuur.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal het vlees een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Leg het vlees in de pan en schroei het vlees dicht door ze een halve minuut aan beide kanten te bakken tot ze bruin zijn. Zo behoud je de sappen in het vlees.
6. Zet het vuur nu iets lager, anders verbrand je de boter. Pas op dat je het niet te laag zet, anders bakt het vlees niet goed door.
7. Afhankelijk wat je het lekkerst vind bak je ze nog;
 - Medium: ca. 2 minuten per kant
 - Doorbakken: ca. 3 minuten per kant
8. Haal het vlees nu uit de pan en leg ze losjes in aluminiumfolie. Laat ze nog 5min rusten.





BIEFSTUK

Biefstuk wordt uit de bovenbil van de koe gesneden. Biefstuk heeft weinig tot helemaal geen vet. Hierdoor is het mager vlees. Biefstuk is op verschillende manieren te bereiden. De één wil hem graag doorbakken, de ander zo rauw mogelijk. Het vlees is op z'n malst als het medium-rare gebakken is.

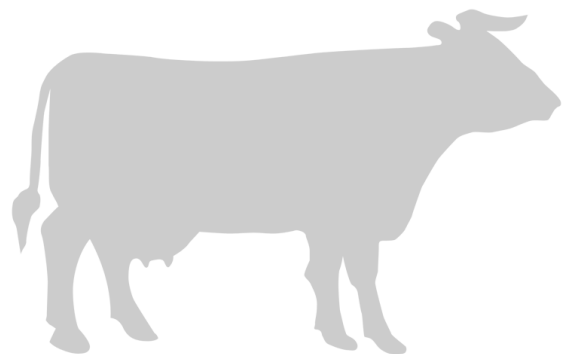
1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de biefstukken een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Leg het vlees in de pan en schroei het vlees dicht door ze een halve minuut aan beide kanten te bakken tot ze bruin zijn. Zo behoud je de sappen in het vlees.
6. Zet het vuur nu iets lager, anders verbrand je de boter. Pas op dat je het niet te laag zet, anders bakt het vlees niet goed door.
7. Voeg nog een klontje roomboter toe en laat dit smelten. Schep de gesmolten boter over het vlees met een lepel.
8. Afhankelijk hoe je het liefst de biefstuk het lekkerst vind bak je ze nog;
 - Rare: alleen dichtschroeien
 - Medium rare: ca. 1 minuut per kant
 - Medium: ca. 2 minuten per kant
 - Doorbakken: ca. 3 minuten per kant
9. Haal de biefstuk nu uit de pan en leg ze losjes in aluminiumfolie. Laat ze nog 5min rusten.



CÔTE DE BOEUF

De Côte de boeuf wordt bij de ribben van de koe weggesneden. Het vlees zit aan de voorkant van de rug en is erg zacht en smaakvol. In tegenstelling tot ribeye, wordt de rib bij côte de boeuf meegesneden. Het vlees heeft een randje vet en is bijzonder vol van smaak. De malsheid van het vlees komt omdat de koe in de rug minder gespierd is. Hierdoor heeft het vlees een fijne structuur.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal het vlees een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Verwarm de oven voor op 150 graden en strooi wat zout en peper op het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Leg het vlees in de pan en bak het op hoog vuur rondom mooi bruin in ca. 5 minuten.
6. Haal het vlees uit de pan, leg het in een braadslede en gaar het nog ca. 15 min. in de oven.
7. Gebruik het liefst hiervoor een vleesthermometer. Als de kerntemperatuur tussen de 50-55 graden is, zit je goed.
8. Haal het vlees uit de oven en laat het onder aluminiumfolie nog even rusten.

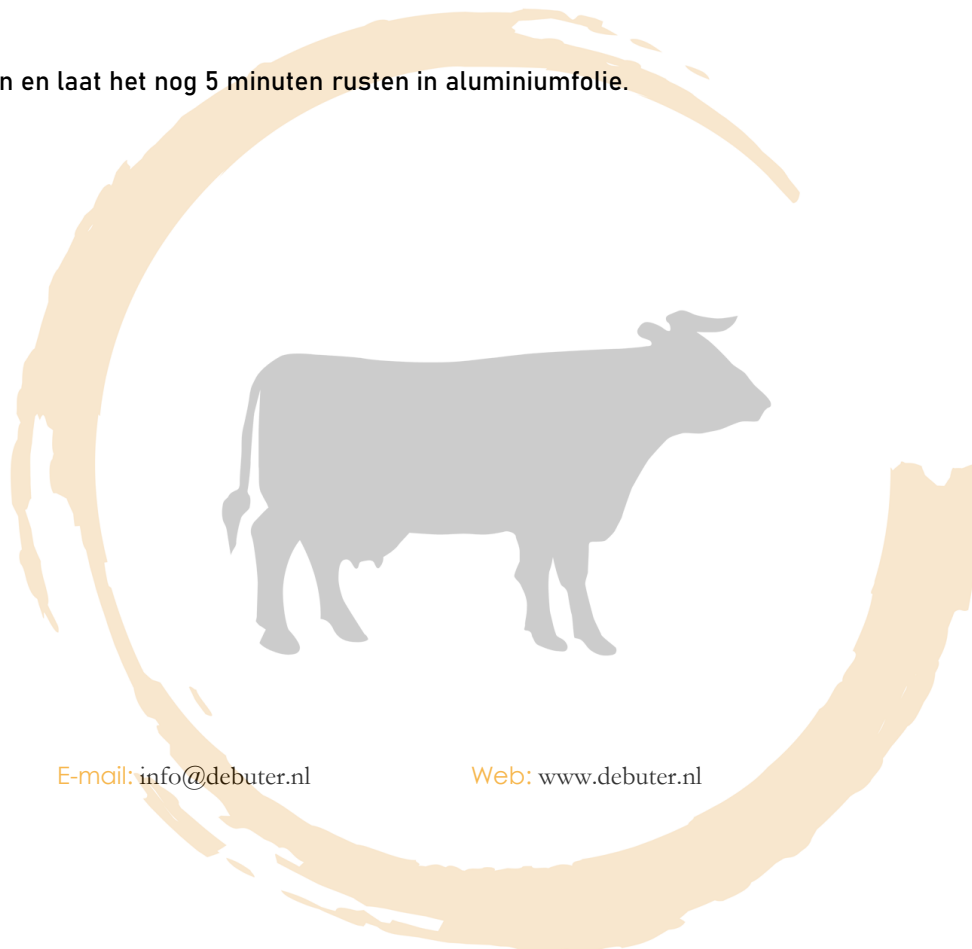




ENTRECÔTE

De entrecôte is een mager stuk vlees met een vetrandje. Het wordt van de lende gesneden, uit de rug van de koe. Het vet is een smaakmaker en smaakgeleider. Hierdoor is het vlees erg smaakvol van zichzelf, maar ook de gebruikte kruiden proef je hierdoor beter. Niet zo dol op vet? Snij het dan pas na het bakken weg. Hierdoor behoud het vet wel zijn functie.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de entrecôte een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Leg het vlees in de pan en bak het op hoog vuur. Bak het 1-2 minuten per kant als je het vlees rood wil eten. Voor medium is dit 2-3 minuten. Wil je het doorbakken dan bak je het 4-5 minuten per kant.
6. Haal het vlees uit de pan en laat het nog 5 minuten rusten in aluminiumfolie.





GEHAKT

Gehakt is gemalen rundvlees. De grootste delen van de koe worden gebruikt voor snijvlees, zoals bijvoorbeeld biefstuk of stooflappen. Bij het fileren van vlees blijven er kleine stukjes vlees over, de snijresten. Deze resten worden gebruikt voor het rundergehakt, waardoor er geen goed vlees wordt weggegooid. Het vlees wordt door de gehaktmolens verwerkt, waardoor het de sliertjes structuur krijgt. Gehakt kan worden gebruikt in vele recepten en kent dus veel verschillende bereidingen.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal het gehakt een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Zet een koekenpan op middelhoog vuur en doe een klontje boter in de pan. Wacht tot de boter gesmolten is.
4. Laat het gehakt even kort aanbranden en druk het daarna uit elkaar met een spatel.
5. Blijf nu goed roeren tot het vlees niet meer roze is maar mooi bruin van kleur.

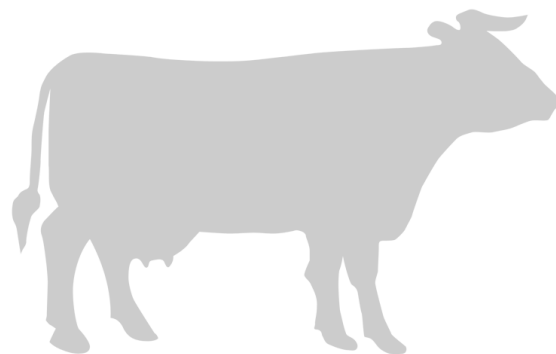




HACHEEVLEES

Hacheevlees is een soort van stoofvlees. Het is vergelijkbaar met poulet. Heerlijk om te serveren bij de stampot op winterse dagen. Er zijn vele verschillende recepten van Hachee.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal het vlees een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Zet een braadpan op middelhoog vuur. Doe een klontje boter in de pan en wacht tot dit is gesmolten.
4. Bak het rondom bruin.
5. Haal het vlees uit de pan en bak bij 600gram vlees ook 600 gram ui in ca. 5 minuten gaar in het bakvet.
6. Doe nu het vlees terug in de pan. Stuif er 2 eetlepels bloem over en roer het goed zodat het niet klontert. Laat de bloem gaar worden. Voeg het vocht(water, bouillon) toe, totdat het vlees net onder staat. Plus 2 laurierblaadjes en 3 kruidnagels.
7. Zet het vuur op laag en doe een deksel op de pan. Laat het vervolgens minstens 2 uur sudderen tot de saus de gewenste dikte heeft. Zet evt. de deksel schuin op de pan, zodat het vocht er uit kan. Pas op; laat het vlees niet koken.





HEREFORD-BURGER

De hamburger is misschien wel het bekendste stukje vlees. Het is bekend is allerlei soorten en maten. Onze hamburgers zijn van 100% puur natuurlijk rundvlees, afkomstig van onze eigen herefords. Een unieke burger dus, perfect op een lekker broodje! Ook lekker voor op de barbecue.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de hamburgers een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Zet een koekenpan op hoog vuur en doe een klontje boter in de pan. Wacht tot dit gesmolten is.
4. Bak de burgers nu kort aan beide kanten bruin.
5. Zet het vuur iets lager en laat de burgers nog ca. 10 minuten verder garen. Keer ze af en toe om. Je kunt het vlees rosé eten, de burgers hoeven dus niet helemaal doorbakken te zijn.
6. Haal de burgers uit de pan en laat ze nog even rusten voor je ze serveert.

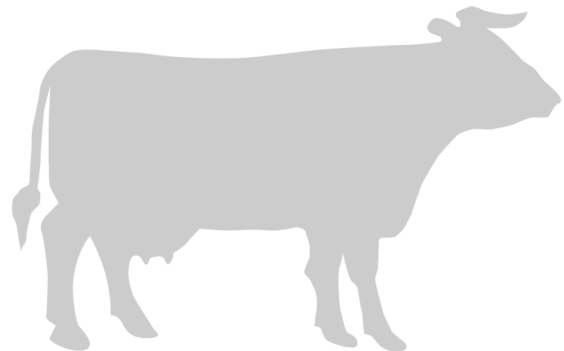




KOGELBIEFSTUK

De kogelbiefstuk komt uit de bil van de koe. Om precies te zijn uit de kogel van het bovenbeen van de koe. In dit deel van de bil zijn de spieren kort. Hierdoor is de structuur van het vlees zeer fijn en draadloos. Dit zorgt er voor dat het vlees super mals is.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de kogelbiefstuk een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ongeveer 1 minuut tot de boter gesmolten is.
5. Leg het vlees in de pan. Bak het op hoog vuur in 1 minuut rondom bruin.
6. Bak het vlees circa 2-3 minuten per kant voor medium. Het vlees is dan nog mooi rosé van binnen.
7. Blijf het vlees tijdens het bakken in beweging houden. Dit kun je doen door het met een spatel of tang door de pan te bewegen. Gebruik hiervoor geen vork; als je in het vlees prikt, verliest het zijn sappen.
8. Haal de kogelbiefstuk nu uit de pan en pak ze losjes in aluminiumfolie. Laat ze nog een paar minuten rusten.

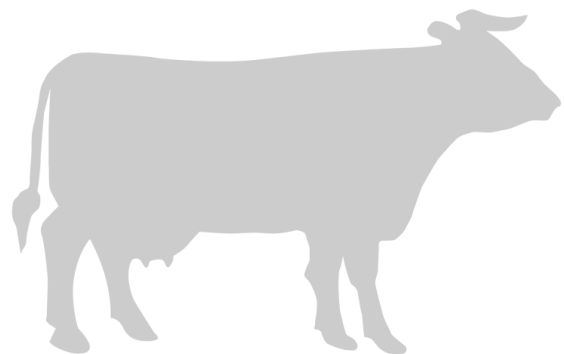




MAGERE RUNDERLAPPEN

Runderlappen worden ook wel draadjesvlees genoemd. Het vlees is uitermate geschikt om te stoven of te braden. Door "zure" ingrediënten als bijvoorbeeld tomaten, wijn of wat azijn te gebruiken is het mogelijk om het vlees nog malser te laten worden.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal het vlees een uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Schroei het vlees dicht tot het rondom mooi bruin is. Haal vervolgens het vlees uit de pan en bak een gesnipperd uitje en groente naar keuze in ca. 5 minuten gaar in het bakvet.
6. Doe nu het vlees terug in de pan en voeg wat wijn, bier, bouillon of water toe. Zoveel dat het vlees net onder staat.
7. Zet het vuur laag en doe een deksel op de pan. Laat het vervolgens minstens 2 uur sudderen, totdat het vlees zo zacht is dat het uit elkaar valt.

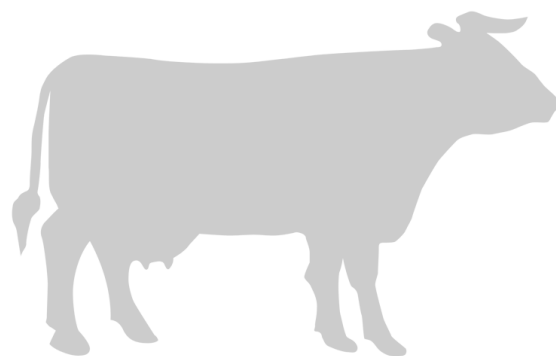




PICANHA

De picanha is een typisch stuk vlees voor de echte BBQ-liefhebber. Picanha komt uit het staartstuk van de koe en is razend populair in Zuid-Amerika. Maar ook in Nederland krijgt het steeds meer bekendheid. Het heeft een driehoekige vorm met zacht vlees in de punt en een randje vet wat de rook van de barbecue perfect geleid.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de picanha een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Dep de picanha droog met een stuk keukenrol.
4. Bestrooi het vlees aan beide kanten met zout en peper.
5. Zet de BBQ op hoog vuur en grill de picanha 3 minuten lang met de vetrand naar beneden.
6. Keer het vlees om en zet het vuur laag.
7. Sluit de BBQ en grill de picanha ca. 20 minuten tot een kerntemperatuur van 56 graden.
8. Haal het vlees van de BBQ en laat het nog een paar minuten rusten onder aluminiumfolie.
9. Snijd het vervolgens in dunne plakken en geniet!

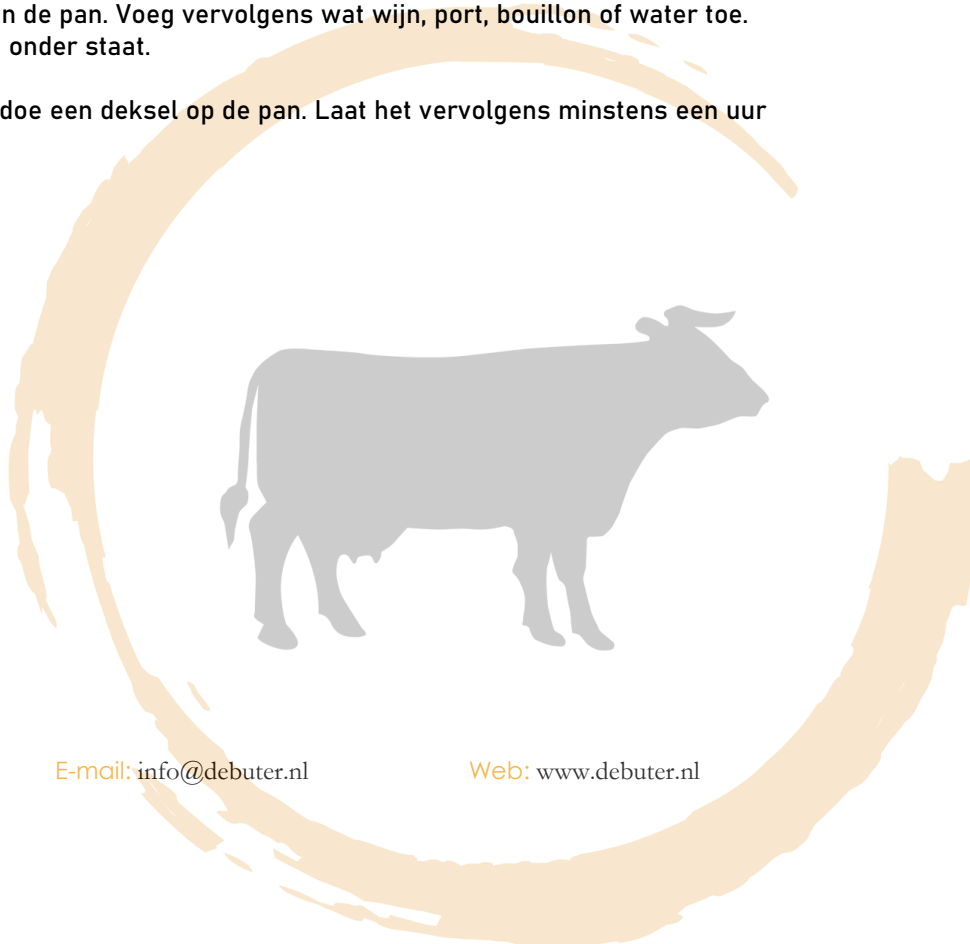




POULET

Poulet komt uit de borst van de koe. Het is een deel van de koe dat iets minder is gespierd. Hierdoor is het poulet erg mals. Het is een traditioneel stukje stoofvlees dat heerlijk is in soep- of stoofgerechten.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal het poulet een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Zet een braadpan op middelhoog vuur. Doe een klontje boter in de pan en wacht tot dit is gesmolten.
4. Bak de poulet rondom bruin.
5. Haal het vlees uit de pan en bak een gesnipperd uitje en groente naar keuze in ca. 5 minuten gaar in het bakvet.
6. Doe nu het vlees terug in de pan. Voeg vervolgens wat wijn, port, bouillon of water toe. Zoveel dat het vlees net onder staat.
7. Zet het vuur op laag en doe een deksel op de pan. Laat het vervolgens minstens een uur sudderen.

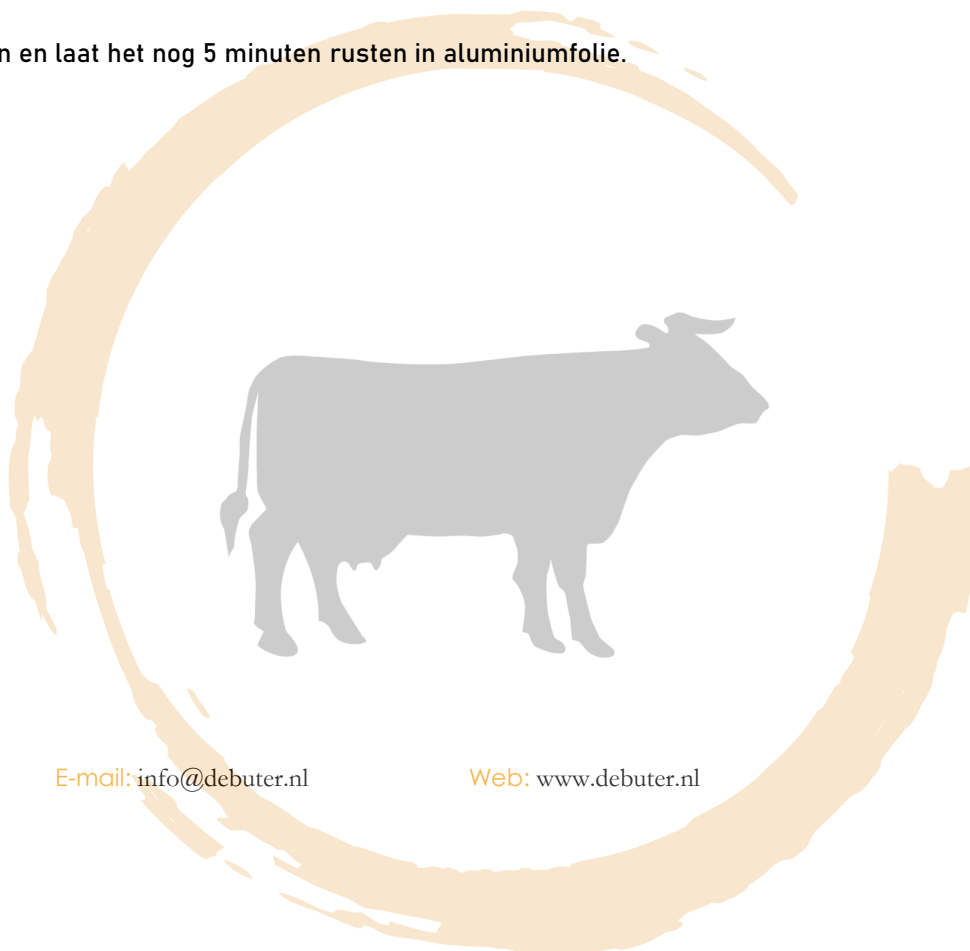




RIB-EYE

Rib-eye is een stuk vlees dat bij de ribben van de koe wordt weggesneden. Het vlees heeft geen vetrandje. Het vet zit dwars door het vlees heen. Het vet maakt het vlees erg smaakvol en mals. Vet is een smaakmaker en smaakgeleider, waardoor je de gebruikte kruiden ook beter proeft.

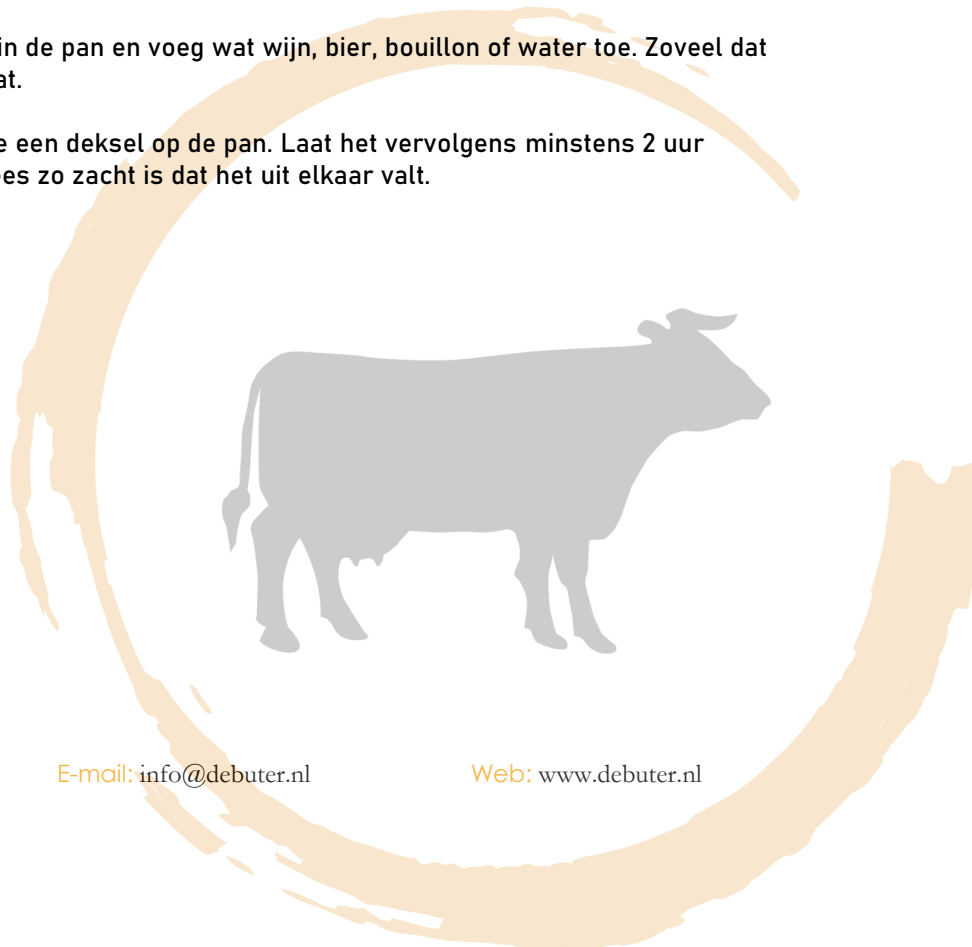
1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de rib-eye een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Leg het vlees in de pan en bak het op hoog vuur. Bak het 1-2 minuten per kant als je het vlees rood wil eten. Voor medium is dit 2-3 minuten. Wil je het doorbakken dan bak je het 4-5 minuten per kant.
6. Haal het vlees uit de pan en laat het nog 5 minuten rusten in aluminiumfolie.



RIBLAPPEN

Van al het stoofvlees is de riblap het meest malse stuk. Het vlees komt uit de dikke rib, in de buurt van de hals van de koe. Riblap is beroemd om de lekkere stoofgerechten die je ermee kan bereiden. Het vlees verandert tijdens het stoven in mals draadjesvlees. Het fijne aan dit stoofvlees is dat het niet zo lang op het vuur hoeft te staan als andere stooflappen.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de riblappen een uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Schroei het vlees dicht tot het rondom mooi bruin is. Haal vervolgens het vlees uit de pan en bak een gesnipperd uitje en groente naar keuze in ca. 5 minuten gaar in het bakvet.
6. Doe nu het vlees terug in de pan en voeg wat wijn, bier, bouillon of water toe. Zoveel dat het vlees net onder staat.
7. Zet het vuur laag en doe een deksel op de pan. Laat het vervolgens minstens 2 uur sudderen, totdat het vlees zo zacht is dat het uit elkaar valt.





ROLLADE

De runderrollade is een groot stuk vlees dat gemaakt is van verschillende speciaal gekruide plakken rundvlees. Deze zijn om elkaar gedraaid en worden bij elkaar gehouden via een touwtje.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal het vlees een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Dep de rollade vlak voor het bakken droog met keukelpapier.
4. Verwarm de oven voor op 160 graden.
5. Verhit in een braadpan een klont boter en wacht ca. 1 minuut tot deze gesmolten is.
6. Bak op hoog vuur de runderrollade aan alle kanten lichtbruin.
7. Leg het vlees inclusief het kookvocht in een braadslee en gaar het nog ca. 45 minuten in de oven.
8. Haal het uit de oven en laat het vervolgens nog 10 minuten rusten onder aluminiumfolie. Voeg nog wat zout en peper naar smaak toe.

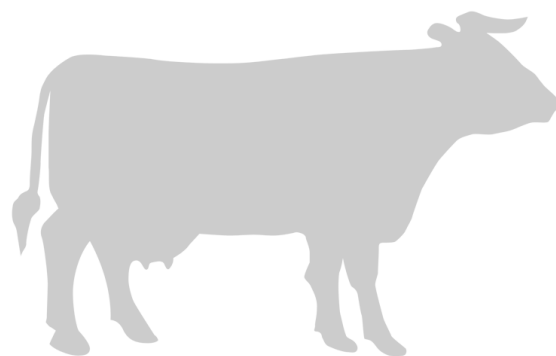




ROSBIEF

Rosbief is een groot stuk rundvlees, gesneden van een mager spierdeel van de koe. Het vlees kan gesneden zijn van de dunne of dikke lende, staartstuk, bovenbil, platte bil, bloemstuk of de muis. Het wordt doorgaans zo gebraden dat het binnenste vlees rood blijft, maar wel gegaard is. Koude rosbief wordt in dunne plakjes gebruikt als broodbeleg.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de rosbief een uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees en verwarm de oven voor op 150 graden.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Leg het vlees in de pan en bak het op hoog vuur rondom mooi bruin in ca. 5 minuten. Haal de rosbief uit de pan en leg het in een braadslede. Bak het vervolgens 20 minuten in de oven.
6. Check de kerntemperatuur van het vlees middels een vleesthermometer. Als deze tussen de 50-55 graden is, zit je goed.
7. Haal het vlees uit de oven en laat het onder aluminiumfolie even rusten.





RUNDERSAUCIJZEN

Saucijzen worden gemaakt van gemalen restvlees. Het vlees wordt omhuld door een darm. De saucijzen van ons zijn van 100% puur en natuurlijk rundvlees van eigen Herefords.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de saucijzen een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Zet een koekenpan op middelhoog vuur. Doe een klontje boter in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
4. Leg het vlees in de pan en braad de saucijzen ca. 1 minuut rondom bruin.
5. Laat de saucijzen vervolgens nog 10 minuten op laag vuur zachtjes verder garen. Draai ze af en toe even om.

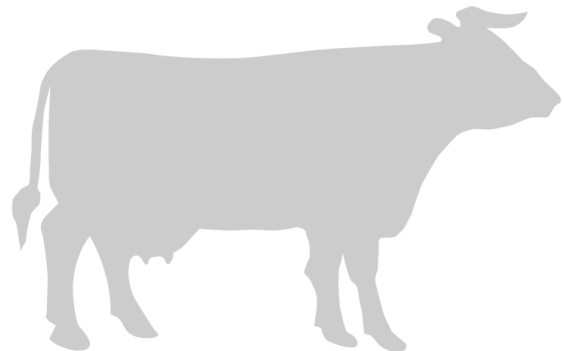




STOOFLAPPEN

Van stoofvlees kun je heerlijke en veelzijdige gerechten maken. Voor velen is het dan ook niet voor niks hun lievelingsvlees van de koe. Stooflappen worden uit de borst van de koe gesneden. In de borst zijn de spieren van de koe sterk, dit maakt het vlees wat stugger. Stoofvlees heeft hierdoor wat meer bereidingstijd nodig. Het woord zegt het al, het moet stoven. Het liefst zo lang mogelijk want dan wordt de bedrading zacht en het vlees heerlijk mals.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de stooflappen een uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Leg het vlees in de pan en schroei het dicht tot het rondom mooi bruin is.
6. Haal het vlees uit de pan en bak een gesnipperd uitje en groente naar keuze in ongeveer 5 minuten gaar in het bakvet.
7. Doe nu het vlees terug in de pan en voeg wijn, bier, bouillon of water toe. Net zoveel tot dat het vlees net onder staat.
8. Zet nu het vuur laag en doe een deksel op de pan. Laat het vlees minstens 2 uur sudderen, totdat het zo zacht is en het uit elkaar valt.

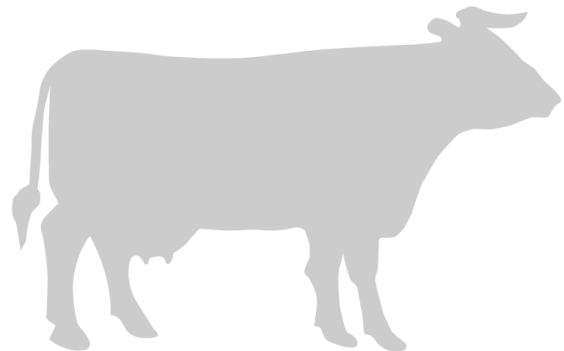




SUKADELAPPEN

De sukade komt uit de schouder van het rund. De pees die door het vlees loopt geeft het een typische smaak. Sukade staat natuurlijk bekend als suddervlees. Echter kan de sukade van de Hereford ook als een biefstuk gebakken worden. Dit komt omdat het vlees van de Hereford zeer gemarmerd is van zichzelf. Hierdoor is het extra mals en kan het kort gebakken worden. Let wel; de pees blijft hierdoor taai. Deze kun je er gemakkelijk uitsnijden.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal het vlees een uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Dep de sukadelappen droog met een stuk keukenrol.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
5. Schroeï het vlees dicht tot het rondom mooi bruin is. Haal vervolgens het vlees uit de pan en bak een gesnipperd uitje en groente naar keuze in ca. 5 minuten gaar in het bakvet.
6. Doe nu het vlees terug in de pan en voeg wat wijn, bier, bouillon of water toe. Zoveel dat het vlees net onder staat.
7. Zet het vuur laag en doe een deksel op de pan. Laat het vervolgens minstens 2 uur sudderen, totdat het vlees zo zacht is dat het uit elkaar valt.

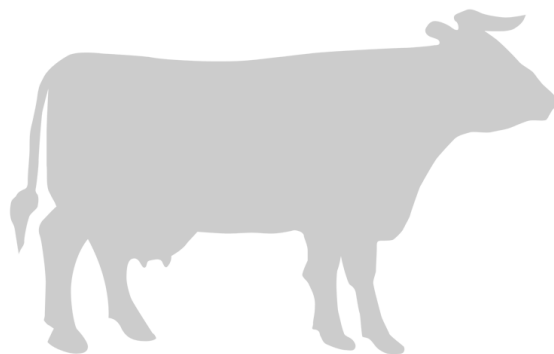




TOMAHAWK

De tomahawk, ook wel cowboy steak genoemd, komt uit de dikke en fijne rib. Dit deel bestaat uit een rack van 7 ribben. Andere steaks die uit dit deel worden gesneden zijn; entrecôte, côte de boeuf en rib-eye. Sterker nog; een tomahawk is hetzelfde als een ribeye maar dan met een lang stuk bot er aan. Het vlees is zowel in de oven als op de barbecue te bereiden. Hieronder het recept voor de bereiding in de oven.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen.
2. Haal de tomahawk een uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Zorg ervoor dat het vet helemaal van het lange bot is gehaald, anders krijg je brandplekken. Je kunt het ook inpakken in aluminiumfolie.
4. Verwarm de oven voor op 200 graden.
5. Zet een koekenpan op middelhoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ca. 1 minuut tot dat de boter is gesmolten.
6. Gril het vlees een paar minuten zodat beide kanten mooi bruin kleuren.
7. Haal het vlees uit de pan en leg het op het rooster van de oven. Schuif het vervolgens in de oven en laat het ongeveer 15 minuten in de oven staan.
8. Haal de tomahawk uit de oven en laat het losjes afgedekt onder aluminiumfolie rusten.
9. Bestrooi het vlees voor het serveren met zout en peper.





TOURNEDOS

De tournedos wordt uit de ossenhaas gesneden. De ossenhaas zit in de rug van de koe en is een langvormige niet-actieve spier. De structuur van het vlees is fijn en draadloos. Deze structuur zorgt ervoor dat het vlees super mals is.

1. Haal het vlees uit de vriezer en laat het ontdooien. Dit doe je door het de avond van tevoren op een bord in de koelkast te leggen. Heb je wat minder tijd? Leg het bevroren vlees dan in een pan met lauwwarm water, met de plastic verpakking er nog omheen. Binnen 15 minuten is het dan ontdooid.
2. Haal de tournedos een half uur voor het koken uit de verpakking. Leg ze op een bord, op het aanrecht. Zo kan het vlees rustig op kamertemperatuur komen.
3. Strooi wat zout en peper op beide kanten van het vlees.
4. Zet een koekenpan op hoog vuur. Doe een klontje boter en een klein scheutje olie in de pan en wacht ongeveer 1 minuut tot de boter gesmolten is.
5. Leg het vlees in de pan. Bak het op hoog vuur in 1 minuut rondom bruin.
6. Bak het vlees circa 2-3 minuten per kant voor medium. Het vlees is dan nog mooi rosé van binnen.
7. Blijf het vlees tijdens het bakken in beweging houden. Dit kun je doen door het met een spatel of tang door de pan te bewegen. Gebruik hiervoor geen vork; als je in het vlees prikt, verliest het zijn sappen.
8. Haal de tournedos nu uit de pan en pak ze losjes in aluminiumfolie. Laat ze nog een paar minuten rusten.

