



 Bereiden in: braadpan

 Voorbereiding: 20 min.

 Bereiding: 30 min.

Recept voor 4 personen

## Ingrediënten

- 4 hamlappen of varkensfilet
- ½ el zwarte peper
- ½ el gemalen foelie
- 1 tl zout
- 1 tl gemalen gember
- 1 tl nootmuskaat
- ½ tl kardemom
- 1 el olijfolie
- 2 el roomboter
- 1 el maïzena
- 1 el mosterd
- ook nodig: keukentouw en braadpan

## Voedingswaarde

-

## Bereiding

- 1 Snij het vlees in twee dunnere lapjes, leg ze tussen een dikke plastic zak en rol ze voorzichtig platter met een deegroller.
- 2 Leg ze naast elkaar maar laat de linker 2 centimeter overlappen met de rechter.
- 3 Meng de peper, foelie, zout, gember, nootmuskaat en kardemom en verdeel ¼ hiervan over het vlees.
- 4 Rol het vlees nu strak op als een rollade, begin aan de rechterkant. Bind de rollade vast met keukentouw en bestrooi de rollade met zout en peper.

Herhaal met de andere drie stukken vlees.

- 5 Verwarm de braadpan op hoog vuur, voeg de olijfolie en roomboter toe en laat smelten. Braad de rollades op hoog vuur aan voor 5 minuten, draai regelmatig om.
- 6 Draai de temperatuur lager en laat ze in 25 tot 30 minuten helemaal gaar worden.
- 7 Neem de rollades uit de pan, leg op een bord en dek af met aluminiumfolie.
- 8 Voeg +/- 100 ml kokend water toe aan de braadpan en roer goed door. Meng nu in een apart kommetje 1 eetlepel van deze warme jus met 1 theelepel maïzena tot een glad mengsel. Voeg dit weer toe aan de pan en laat even inkoken. Roer de mosterd er op het laatst door en klaar is de jus!

Voor meer recepten ga naar:

[www.sameneenkoekopen.nl/recepten](http://www.sameneenkoekopen.nl/recepten)