

## Runderfilet met cantharellen

Slow cooking in de gourmet-warmhoudlade

Hoofdgerecht – 4 personen

### Runderfilet met cantharellen

#### Ingrediënten

600 gram runderfilet  
Zout  
Peper  
25 gram rijstolie  
400 gram cantharellen of andere  
paddenstoelen  
1 bos lente-ui  
2 sjalotten  
30 gram boter  
125 gram ham- of spekblokjes  
50 gram room  
Een mespunt suiker

#### Bereidingstijd:

Ca. 150-160 minuten

#### Kooktijd:

Ca. 130-155 minuten

#### Tip:

Lekker met gebakken aardappelen.



#### Bereidingswijze

1. Verwarm de gourmet- warmhoudlade, met daarin een ovenschaal, gedurende 15 minuten voor op stand 4.
2. Snijd het vlees eventueel netjes bij en kruid het met zout en peper.
3. Verhit de olie in een braadpan op de kookplaat en braad het vlees in ca. 6-8 minuten rondom aan.
4. Leg het vlees in de ovenschaal in de gourmet-warmhoudlade en gaar het vlees gedurende 130-155 minuten of tot de kerntemperatuur 55-60 °C bedraagt.
5. Maak, ca. 20 minuten voor het einde van de kooktijd, de cantharellen schoon. Maak de lente- uien schoon en snijd ze in ringetjes, schil de sjalotten en snipper ze.
6. Verwarm de boter in een sauspan op de kookplaat en zet de sjalotten en de ham- of spekblokjes aan. Voeg de cantharellen toe en bak ze 2-3 minuten mee. Voeg de lente-ui toe en bak ze even mee.
7. Voeg room toe en breng op smaak met zout, suiker en peper.
8. Snijd de runderfilet in plakken en leg ze met de groente op voorverwarmde borden.

U kunt dit slow cooking gerecht ook in de oven of combi-stoomoven bereiden.

#### Stand: Hetelucht Plus

80 °C                      130-155 minuten

Kerntemperatuur van 55-60 °C