



Osso buco alla milanese

Gestoofde kalfsschenkels op zijn Milanees, mals uit de oven met een frisse gremolata van citroen, knoflook en peterselie. Een echte zondagsklassieker die geduld beloont met diep, vol smaakvlees dat bijna van het been glijdt.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
25'	120'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 4 kalfsschenkels (osso buco, elk ca. 3 cm dik, ca. 250 g per stuk)
- 3 el bloem
- 3 el olijfolie
- 20 g boter
- 1 ui, fijngesneden
- 1 wortel, fijngesneden
- 1 stengel bleekselder, fijngesneden
- 2 teentjes knoflook, geperst

250 ml droge witte wijn
400 g gepelde tomaten uit blik
300 ml kalfs- of groentebouillon
1 laurierblad
2 takjes tijm
zout en versgemalen zwarte peper
Voor de gremolata:
2 el fijngehakte platte peterselie
1 teentje knoflook, fijn geraspt
geraspte schil van 1 biologische citroen

Bereidingswijze

- 1.** Verwarm de oven voor op 160 °C. Dep de kalfsschenkels droog met keukenpapier en kruid ze aan beide kanten met zout en peper. Wentel ze door de bloem en klop de overtollige bloem eraf.
- 2.** Verhit de olijfolie samen met de boter in een brede ovenbestendige stoofpot op middelhoog vuur. Bak de schenkels in twee beurten rondom goudbruin, ongeveer 4 minuten per kant. Haal ze uit de pot en zet apart.
- 3.** Stoof ui, wortel en bleekselder in het braadvet gedurende 6 minuten, tot ze zacht en glazig zijn. Voeg de knoflook toe en bak nog 1 minuut mee.
- 4.** Blus met de witte wijn en laat 3 minuten inkoken terwijl u de aanbaksels losroert. Voeg de gepelde tomaten, de bouillon, het laurierblad en de tijm toe en roer alles goed door.
- 5.** Leg de schenkels terug in de pot. De vloeistof moet de schenkels voor minstens twee derde bedekken; voeg indien nodig een scheutje extra bouillon toe. Breng aan de kook, dek de pot af met het deksel en schuif ze in de voorverwarmde oven.
- 6.** Laat de schenkels 1 uur en 45 minuten tot 2 uur zachtjes stoven tot het vlees bijna van het been valt. Controleer halverwege de garing of er nog voldoende vocht is.
- 7.** Meng vlak voor het serveren de peterselie, de geraspte knoflook en de citroenschil tot een gremolata. Strooi die op het laatste moment over de schenkels zodat de frisse aroma's bewaard blijven.

Tip

Bind de kalfsschenkels voor het bakken met een stukje keukentouw rondom de rand vast. Zo blijft het vlees tijdens de lange stooftijd mooi op het been en behoudt de schenkel zijn ronde vorm bij het opdienen.

Lekker met

Risotto alla milanese (safranrisotto) is de klassieke begeleider. Ook aardappelpuree of brede eierpasta zoals pappardelle past uitstekend bij de rijke stoofvloeistof.

Dranktip

Kies een volle, droge Italiaanse rode wijn zoals een Barbera d'Asti of een jonge Nebbiolo uit Piëmont. Wil je bij wit blijven, dan past een rijke Pinot Grigio uit Friuli goed bij de citroentoets van de gremolata.

Ontdek meer recepten op kookpot.be