



Tsjechische Republiek

Hovězí plátky s křenem

Runderlappen met mierikswortel

4 magere runderlapjes
2 el. olie of reuzel
1 el. bloem
1 klein stukje (50 gr.) salami of een andere pittige worst
1 augurk
1 groene paprika
1 forse tomaat
1 tl. vegeta
worcestersaus
zout en peper
1 el. mosterd
een stuk verse mierikswortel

Kruid de runderlappen met zout en peper en snij de worst, de paprika en de augurk in stukjes. De tomaat snij je in vieren.

Verhit de olie in een braadpan. Haal de runderlappen door de bloem en bak ze op hoog vuur snel aan beide kanten snel aan. Dan gaan de worst, augurk, paprika, en tomaat erbij, samen met de mosterd, de vegeta en een scheutje water. Zet het vuur laag en doe het deksel op de pan. Laat de lappen nu heel zachtjes gaar smoren. Dat duurt wel anderhalf tot twee uur, maar geduld is een schone zaak en wordt in dit geval rijkelijk beloond.

Als de lapjes gaar en zacht zijn besprenkel je ze met worcestersaus. Leg de lappen op voorverwarmde borden met de groenten en de saus en bestrooi ze overvloedig met vers geraspte mierikswortel. Serveer deze runderlapjes met gekookte aardappelen of frietjes. Brood is er ook lekker bij.