De zwezerik

Een delicatesse

De zwezerik is een klier die alleen voorkomt bij jonge dieren, zoals kalveren tot twee jaar. Het bestaat uit twee delen: een rond deel van het hart en een langwerpig deel van de hals. Het gewicht van de onderdelen is ongeveer 200 tot 300 gram bij kalveren. De hartzwezerik is over het algemeen malser en beter van kwaliteit dan de halszwezerik. Zwezerik is erg mager vlees. Het bevat weinig vet en veel eiwitten, fosfor en zink. Bovendien bevat het vlees, gek genoeg, vitamine C.

Boter mals

Kalfszwezeriken met mosterdsaus en champignons

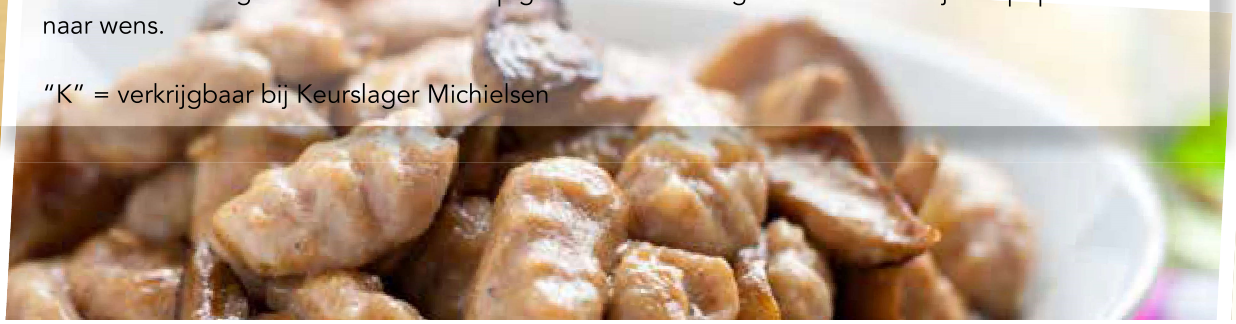
Ingrediënten

800g zwezeriken "K" ✺ 350g Paris Blonde ✺ 2 dl room "K" ✺ 2 eetlepels graanmosterd "K" ✺ gevogelte bouillon "K" ✺ roux "K" (40g boter en 60g bloem) ✺ peper en zout "K"
Voor de bouillon: wortel ✺ selder ✺ tijm ✺ laurier "K"

Bereiding

Vraag aan Keurslager Michielsen mooie zwezeriken van de keel of het hart. Leg de zwezeriken in een pot en bedek met selder, wortel, tijm, laurier en kruid af met peper en zout. Zet het geheel onder met water en breng aan de kook. Eens de bouillon kookt, op een zacht vuurtje zetten gedurende 20 minuten. Haal de zwezeriken uit de bouillon en laat afkoelen om vervolgens de overtollige vliesjes te verwijderen. Wanneer de bouillon lauw is, leg de zwezeriken terug in de bouillon en laat een nacht trekken.
Bak de champignons tot ze mooi bruin zien. Bewaar de braadvocht en voeg de room en bouillon toe. Breng aan de kook en bind de saus met de roux. Eens de gewenste dikte mag de saus niet meer koken. Voeg de mosterd en champignons toe en roer goed om. Kruid bij met peper en zout naar wens.

"K" = verkrijgbaar bij Keurslager Michielsen



ZWEZE