

Gesneden kalfsvlees met zoete aardappelwafels

totale tijd **60 min.** 30 min. voorbereidingstijd 30 min. kooktijd

INGREDIËNTEN

10 porties

Voor het vlees en de saus:

1,5 kg	kalfslende
	Olie om te bakken
50 g	boter
100 g	tarwebloem
100 ml	<u>Kikkoman Natuurlijk</u> <u>Gebrouwen Sojasaus met</u> <u>Minder Zout 43%</u> <u>Minder Zout dan de</u> <u>traditionele Kikkoman</u> <u>Sojasaus</u>
1 l	kalfsbouillon
5 g	maïzena
100 g	slagroom
Voor de wafels:	
300 g	boter, zacht
300 g	eieren
200 g	tarwebloem
10 g	bakpoeder
100 ml	spa rood
100 g	Goudse kaas, geraspt
100 g	zoete aardappelen, vers
	geraspt
100 g	broccoli, vers geraspt
5 g	zout
Ook:	
200 g	cranberryjam

VOORBEREIDING

Stap 1

Gesneden kalfsvlees: snijd het vlees in hapklare stukken. Schroeï 2-3 minuten in een pan met een beetje olie op hoog vuur, haal eruit en zet apart. Zet het vuur lager en smelt de boter in de pan. Roer de bloem erdoor en bak 1-2 minuten. Blus af met de Kikkoman Less Salt Soy Sauce en roer tot een gladde saus. Voeg de bouillon toe en laat op laag vuur ca. 15 minuten sudderen, af en toe roeren. Verwarm de saus in porties opnieuw en stoof het vlees er 4-5 minuten in. Spatel er voor het serveren 1 el slagroom door.

Stap 2

Klop de boter luchtig. Voeg de eieren één voor één toe en klop goed na elke toevoeging. Meng de bloem en het bakpoeder, voeg toe aan het eimengsel en roer de spa rood erdoor tot een gladde massa. Spatel de Goudse kaas, zoete aardappelen en broccoli erdoor. Breng op smaak met zout. Verwarm een hartvormig wafelijzer voor, vet het in en bak de wafels in 4-5 minuten goudbruin.

Stap 3

Leg om te serveren drie wafelharten op elk bord. Beleg met het vlees en de saus en werk af met een lepel cranberryjam.