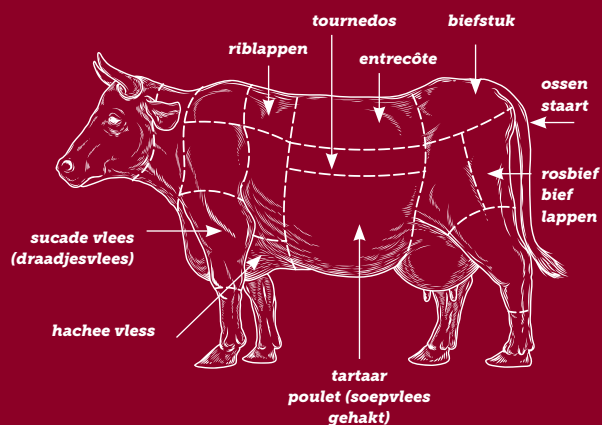


# Zelfzaam lekker

De Lakenvelder is niet doorgefokt voor een grote vleesopbrengst maar heeft van nature uitstekend vlees. Op kleinschalige boerderijen krijgen ze de tijd om op een natuurlijke manier op te groeien. Dat betekent veel buiten lopen en veel gras eten.

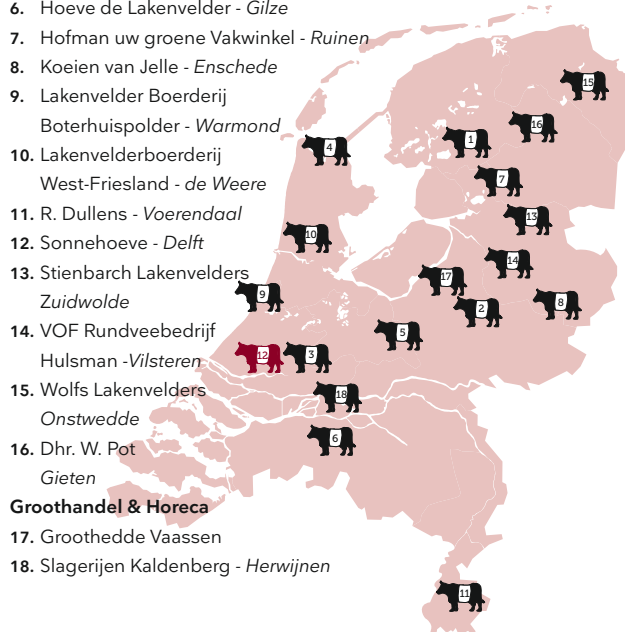
Lakenveldervlees heeft een volle, rijke smaak en een fijne structuur. Dit komt het best tot zijn recht als het vlees voor bereiding rustig op kamertemperatuur komt. Dan is het ouderwets genieten van lekkere entrecote met een knapperig vetje, smaakvol draadjesvlees en de beste gehaktbal op grootmoeders wijze.



## Verkooppunten van Erkend Leveranciers Lakenvelder Vlees

Verspreid over het land is lekker Lakenvelder Vlees direct van de boerderij verkrijgbaar bij erkend leveranciers. Hier krijg je puur Lakenvelder Vlees en kan de veehouder je zelf vertellen hoe de dieren gehouden worden en het vlees verwerkt wordt.

1. Arie Den Blanken - *Makkinga*
2. t' Bouwhuus - *Laren Gld*
3. Den Dikken Boom - *Ouderkerk*
4. Familie Linker - *Hippolytushoef*
5. G. Snitselaar - *Lunteren*
6. Hoeve de Lakenvelder - *Gilze*
7. Hofman uw groene Vakwinkel - *Ruinen*
8. Koeien van Jelle - *Enschede*
9. Lakenvelder Boerderij Boterhuispolder - *Warmond*
10. Lakenvelderboerderij West-Friesland - *de Weere*
11. R. Dullens - *Voerendaal*
12. Sonnehoeve - *Delft*
13. Stienbarch Lakenvelders Zuidwolde
14. VOF Rundveebedrijf Hulsman - *Vilsteren*
15. Wolfs Lakenvelders Onstwedde
16. Dhr. W. Pot Gieten
17. Groothedde Vaassen
18. Slagerijen Kaldenberg - *Herwijnen*



Rundvlees bakken  
& runderstoofpotjes



## Ziefstuk

- Laat het vlees op kamertemperatuur komen buiten de koelkast, ontdooi het vlees niet in de magnetron.
- Dep het vlees droog met keukenpapier, voeg eventueel een beetje zout en peper toe.
- Verhit een klontje boter in de pan.
- Leg het vlees rustig in de hete pan en laat deze liggen.
- Voel na dertig tellen met een vleestang of het vlees makkelijk verschuift in de pan, keer het vlees pas om als het los ligt.
- Bak aan beide kanten nog 1 - 2 minuten.
- Laat 10 minuten rusten in aluminiumfolie.



## Hamburgers

- Maak een kruidenmengsel van 1 deel peper, 1 deel zout, 2 delen paprikapoeder en wat extra smaakmakers zoals komijn, knoflookpoeder of cayennepeper.
- Kneed 1 theelepel kruiden door 500 gram gehakt en vorm er 4 hamburgers van.
- Verhit een klontje boter in de pan.
- Leg het vlees rustig in de hete pan en laat deze liggen totdat het gemakkelijk over de bodem van de pan schuift.
- Keer de burgers om en laat een minuut of 6 - 7 bakken.



## Hachee

### Ingrediënten

400 - 500 gr  
Lakenvelder  
stoofvlees in stukken,  
5 uien, 50 gram boter  
om in te bakken,  
2 eetlepels bloem,  
zout en peper,  
½ liter runderbouillon  
of ½ liter warm water  
en 1 runderbouillon-  
blokje, 1 eetlepel  
azijn, 1 theelepel  
suiker, 2 laurier-  
blaadjes, 4 kruid-  
nagels.

### Bereiding

Snijd de ui in grove stukken, braad het vlees in een hete pan met boter aan tot het bruin is. Zet het vuur zachter en voeg de ui toe. Breng dit op smaak met zout en peper. Bestuif met bloem en roer goed door elkaar. Voeg 1/2 liter warm water en het bouillonblokje toe (of ½ liter bouillon). Het vlees moet net onderstaan. Voeg de azijn, suiker, laurierblaadjes en kruidnagels toe. Breng het geheel langzaam aan de kook. Sudder de hachee met de deksel op de pan in ca. 3 uur gaar op een zeer laag vuur. Verwijder de laurier en kruidnagels, roer hierbij steeds de hachee door, het vlees zal helemaal uit elkaar vallen. Bind de saus eventueel en maak op smaak met peper en zout.

## Droomstoof

### Ingrediënten

400 - 500 gram  
Lakenvelder  
stooflappen, boter,  
1 ui, 2 tenen knoflook,  
1 eetlepel sambal, 1  
eetlepel kerrie, ½ dl  
ketjap manis, 1 klein  
blikje tomatenpuree, 2  
dl kokosmelk, zout,  
peper.

### Bereiding

Snijd de runderlappen in blokken. Snijd de ui in grove stukken en de knoflook fijn of pers deze uit. Bak het rundvlees in wat boter bruin, bestrooi met peper en zout, haal uit de pan. Doe de ui in de pan en fruit deze even aan. Vervolgens het vlees er weer bij. Voeg kerrie, sambal en de knoflook toe en laat even meebakken. Tomatenpuree erbij en even ontzuren (= meebakken) en dan mag de ketjap en de kokosmelk erbij. Deksel op de pan en 2 tot 3 uur laten stoven.

## Oosterse smoor

### Ingrediënten

#### kruidenpasta

1 ui grof gehakt,  
2 rode pepertjes,  
zaadlijsten verwij-  
derd en in stukjes,  
2 teentjes knoflook,  
een stukje geschilde  
verse gember, 1  
eetlepel kurkuma,  
1 volle eetlepel  
pindakaas met  
nootjes.

#### Verder heb je nodig

400 - 500 gr gesneden  
Lakenvelder stoofvlees,  
peper en zout, olie of  
boter om in te bakken,  
1 stengel citroengras  
en een blikje (200 ml)  
kokosmelk.

### Bereiding

Maak in een keukenmachine van de ui, rode peper, knoflook, gember, kurkuma en pindakaas een pasta. Maak in een stoofpan of ovenschaal de kokosmelk warm en doe hier de gekneusde stengel citroengras bij. Bak het vlees in gedeelten aan in een pan en voeg het steeds toe aan de warme kokosmelk. Bak ook de kruidenpasta in dezelfde pan een paar minuten aan en doe dit bij het vlees en de kokosmelk. Laat 3 uur sudderen op zacht vuur of in de oven op 125 graden, de vloeistof moet net niet koken maar wel bewegen. Laat het gerecht nog minimaal een half uur zonder deksel op de pan zachtjes sudderen, roer regelmatig zodat het vlees uit elkaar valt, voeg groenten (bv sperciebonen) toe en kook deze mee tot ze gaar zijn (ongeveer 20 min).



## Boeren braadlappen

### Ingrediënten

400 - 500 gr  
Lakenvelder  
stooflappen, boter,  
Cajun kruiden, evt  
peper en zout 1 plak  
ontbijtkoek

### Bereiding

Kruid het vlees met cajun kruiden. Verhit het vet en braad de lappen aan. Haal de lappen uit de pan, blus de jus af met ½ liter water (evt een scheutje wijn) Verkruimel een plak ontbijtkoek in de jus. Doe het vlees terug in de pan en stoof het op een laag vuur (net niet laten koken) na 2 uur zijn de lappen lekker zacht.