

LAMSBOUT MET COUSCOUS  
SAVOOIKOOL MET SPEKJES EN GESTOOFDE WORTELSCHIJFJES

*ingredienten*

- Lamsbout
- Knoflook
- Thijm
- Laurier
- Rozemarijn
- Uitjes
- Savooi
- Spekjes
- Fond
- Couscous
- Olijfolie
- Boter

*Bereiding*

De lamsbout eerst met het hamertje kloppen om te vermalsen.

Met een mes 3 à 4 gaatjes prikken waarin we een half lookteentje steken.

Met een beetje olijfolie insmeren en daarna kruiden met pezo in een braadpan wat boteren olijfolie (half half) laten warm worden en hierin de bout aan alle kanten dichtschroeien.

Ondertussen de oven op 180° voorverwarmen.

De bout in de oven zetten en ongeveer 45 min tot een uur (al naargelang rozig of doorbakken) bakken.

Wat kruiden (laurier, thijm en rozemarijn) en kleine uitjes en een halve wortel in de slee doen.

Regelmatig het vlees overgieten.

Vlees uit de oven halen en in alufolie laten rusten.

**SAVOOI:**

Fijn snijden en in gezouten water gaarkoken spekjes krokant bakken en later uitlekken.

Een licht bechamelsausje maken en onder de gare kool mengen met de spekjes.

Afwerken met pezo en muskaat.

**WORTELEN:**

In schuine schijven snijden en stoven met wat boter en uiringen.

Afwerken met pezo, muskaat en een snuifje suiker.

**COUSCOUS:**

Volgens voorschrift (verschilt naar verschillende soorten griesmeel) 1,3 lit water aan de kook brengen in een ruime pan voeg wat zout of bouillonblokje toe.

Neem het water van het vuur en giet er de couscous in en dek even af.

Roer er met een vork een paar flinke klonten boter onder.

**SAUS:**

Giet het overtollige braadvet weg en blus met een paar glazen rode wijn, laat even inkoken en voeg er dan de fond aan toe.

Nog even inkoken, indikken met wat bindmiddel en afwerken met pezo en een klontje koude boter.

Smakelijk eten!