

# BIEFSTUK MET MOSTERDCHAMPIGNONSAUS, ZOETE AARDAPPEL EN SPERZIEBONEN

## INGREDIËNTEN

- 2 grote handen groene salade naar keuze (ijsbergsla, kropsla, rucola, gemengde slabladeren etc.)
- 1 biefstuk (120 gram)
- 1 zoete aardappel
- 150 gram sperziebonen
- 100 gram kastanjechampignons
- 1 theelepel mosterd
- 2 eetlepels creme fraiche
- 2 eetlepels verse bieslook
- ½ uitje
- Klontje roomboter
- Aluminiumfolie



## BEREIDINGSWIJZE

- Verwarm de oven op 180 graden;
- Was de zoete aardappel, dep droog en prik met een vork een aantal gaatjes in de schil;
- Wikkel ze in aluminiumfolie (goed dichtmaken) en leg ze in de oven;
- Afhankelijk van de grote zijn ze in 30-60 minuten klaar. Prik dan ook na 30 minuten even in de aardappel om te kijken of ze klaar zijn; (moet zacht zijn van binnen)

## BEREIDINGSWIJZE

- Borstel de champignons schoon en snij in plakjes;
- Snij het uitje fijn en fruit aan met een klontje boter;
- voeg vervolgens de champignons toe en bak mee tot het gaar is;
  
- Was de sperziebonen en haal de puntjes eraf. Doe in een pan met klein laagje water en zet op het vuur. Kook de boontjes beetgaar in 5 minuten (of langer indien nodig);
  
- Zet een koekenpan op het vuur met een flinke klont roomboter;
- Bestrooi de biefstuk met peper en zout en bak deze 3 minuten aan elke kant ( korter als je van rood houdt en langer als je van doorbakken houdt);
- Haal biefstukje uit de pan en dek af met folie zodat het warm blijft;
- Voeg het uien, champignonmengsel met het braadvocht. Roer goed door en voeg 1 eetlepel creme fraiche en 1 theelepel mosterd erdoor;
  
- Haal de gepofte aardappel uit de oven op een bord en snij de aardappel bijna doormidden. Leg op de aardappel en toef creme fraiche op en bestrooi met peper;
- Schep de boontjes naast de aardappel;
- Leg ook de biefstuk naast de aardappel en schep de champignonmosterdsaus erop;
- Serveer op een apart bordje de groene salade met een flinke scheut olijfolie;