

RECEPT

CÔTE DE BOEUF

VOORBEREIDING 5 MIN. | BEREIDING 45 MIN.

BOODSCHAPPEN VOOR 2 PERSONEN

800 GRAM CÔTE DE BOEUF,

AAN EEN STUK, MET BOT

OLIJFOLIE

3-4 TENEN KNOFLOOK

3 TAKJES VERSE TIJM

PEPER EN ZOUT

EXTRA

KERNTHERMOMETER

STAP 1 KIES JE VLEES

Vraag de slager naar een côte de boeuf (ook wel côte à l'os of prime rib) aan een stuk, met het bot er nog aan. Het vlees moet mooi dooraderd zijn en mag een vetrandje hebben.



STAP 2 AANBRADEN

Verwarm de oven voor op 100 °C. Laat het vlees voor de bereiding op kamertemperatuur komen. Verhit de olijfolie in een ovenvaste koekenpan of braadpan. Braad de côte de boeuf rondom aan tot het vlees goudbruin is. Strooi er peper en zout over. Pel de knoflook en voeg deze samen met de tijm toe. Laat de pan nog 1-2 minuten op het vuur staan zodat de geuren loskomen.



STAP 3 GAREN IN DE OVEN

Haal de pan van het vuur en laat het vlees 5 minuten rusten om af te koelen. Zet de pan met inhoud in de oven. Steek een kernthermometer in het midden van het vlees (niet te dicht bij het bot). Bij een kerntemperatuur van 45 °C is het vlees nog rood van binnen. Reken op een gaartijd van circa 20 minuten voor een rauw resultaat en 35 minuten voor medium. Laat de biefstuk langer garen afhankelijk van het gewenste resultaat (zie pagina 38). Houd er rekening mee dat vet vlees nog enkele graden verder gaart als je het laat rusten (stap 4).



STAP 4 KAANTJES

Haal de pan met de côte de boeuf uit de oven. Snijd het vet eraf. Laat het vlees 5-10 minuten rusten op een warme plek (met de thermostaat uit en de ovendeur halfopen, of buiten de oven en bedekt met aluminiumfolie). Snijd het vet in kleine stukjes. Bak de vetblokjes (kaantjes) uit in het braadvet van het vlees.



STAP 5 UITSERVEREN

Snijd de côte de boeuf in plakken. Snijd het laatste stuk om het bot heen. Overgiet het vlees met enkele lepels braadvet en de kaantjes.

