

Procureur rollade uit de oven

Iwan Verbeek, Emmen



” Klaar is Kees!
Aanschuiven maar.”



Gewicht:
Per persoon 125 - 150 gram

Bijzonderheden:
Procureur rollade komt van het schouderstuk van het varken, wat het vlees extra mals maakt en perfect is voor langzame bereiding in de oven.

Gaasterlander variatietip:
Laat de procureur rollade altijd even rusten na het bakken, zodat de sappen zich goed kunnen verdelen en het vlees nog malser wordt.

1. Laat het vlees op temperatuur komen

Haal de rollade minimaal 60 minuten van tevoren uit de koelkast en laat deze afgedekt op kamertemperatuur komen (de rollade heeft meer tijd nodig dan andere vleessoorten vanwege zijn compacte formaat).

2. Verwarm de oven voor

Zet de oven op 200°C en laat deze 10 minuten voorverwarmen.

3. Plaats de rollade in de oven

Leg de rollade op een rooster in de oven en zet er een lekbak onder om overtollig vocht op te vangen.

4. Bakken op 200°C

Bak de rollade 10 minuten op 200°C voor een mooie bruine korst.

5. Verlaag de temperatuur

Zet de oven na 10 minuten terug naar 115°C en open de oven niet meer.

6. Laat de rollade garen

Laat de rollade 2 uur garen op 115°C.

7. Klaar om te serveren!

Als de rollade mooi gaar is, is het tijd om aan tafel te gaan!

Voedingswaarde per 100 g onbereid

Energie	128 kcal
Vet - waarvan verzadigd	3,9 g 1,5 g
Koolhydraten - waarvan suikers	0 g 0 g
Vezels	0 g
Eiwit	23,3 g
Zout	0,13 g