



## GEMARINEERDE HERTENSUCADE UIT DE OVEN

## R E C E P T

### *Ingrediënten*

hertensucade (ca. 400 gram)  
1 eetlepel rozemarijn  
1 eetlepel tijm  
karnemelk  
2 eetlepels sesamzaad  
1 eetlepel boter of olie  
1 eetlepel verse gehakte peterselie  
zout en peper

### *Vorbereiding (dag van tevoren)*

Het vlees uit de verpakking nemen en droogdeppen.  
Bestrooien met rozemarijn en tijm  
Leg de sucade in een (hoge) schaal, karnemelk erbij gieten zodat het vlees onder staat  
Doe de deksel op de schaal en laat het vlees 24 uur marinieren  
In een koekenpan de sesamzaadjes lichtbruin roosteren en wegzetten tot gebruik

### *Bereidingswijze*

Verwarm de oven voor op ca. 100 graden  
Het vlees uit de marinade nemen, afspoelen en droogdeppen  
(de marinade kan niet meer gebruikt worden)  
Verhit de boter of olie in een koekenpan  
Bak het vlees rondom bruin en bestrooi het met zout en peper  
Het vlees uit de pan nemen en in een ingevette braadslede of ovenvaste schaal leggen  
Plaats de braadslede in de oven en laat het vlees ruim 2 uur garen  
Serveer het vlees op een schaal, bestrooi het met peterselie  
De gehele schaal ruim bestrooien met geroosterde sesamzaadjes

*Aantal personen:* 2

*Tip:* Lekker met kastanje-tagliatelle, een groene salade en pruimencompote