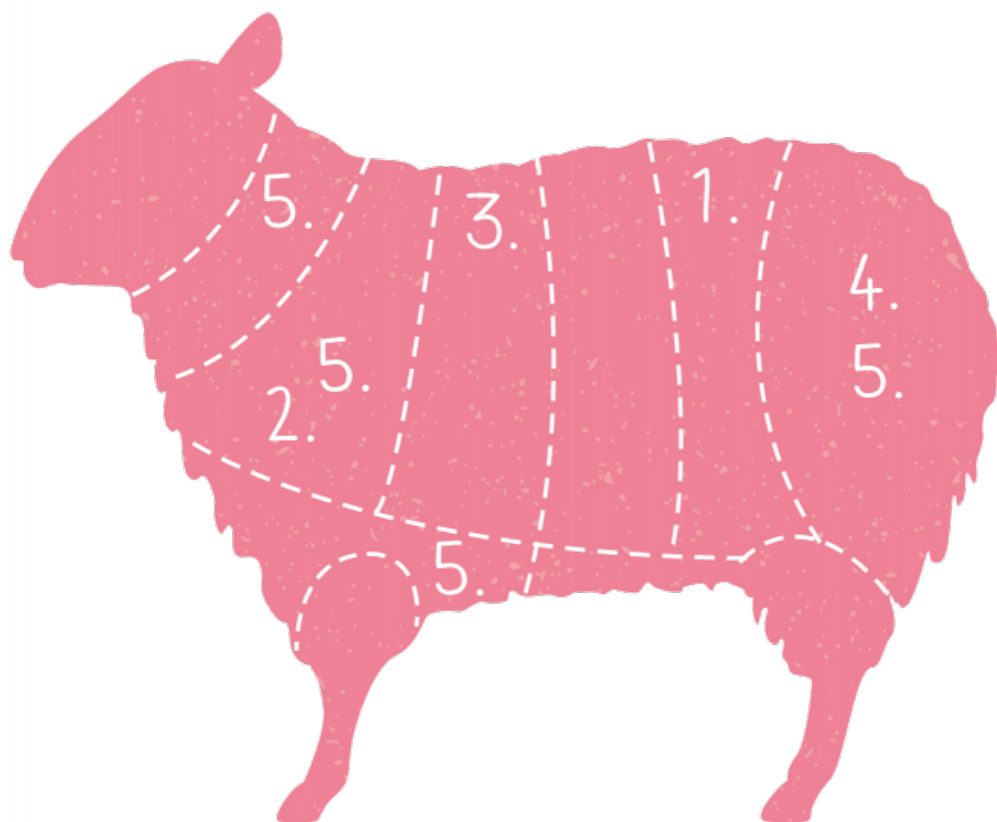


Delicaat, mals en veelzijdig

Een mals stukje lam

Iets te vieren dit voorjaar? Dan zet lam daar beslist een feestelijk kroontje op! Maar ook in de alledaagse keuken tover je met lamsvlees tal van smakelijke voorjaarsgerechten op tafel: van een sappig gebakken koteletje tot een heerlijk stoofpotje met lamsgehakt. We zochten de ideale bereidingswijze voor je op: zo komt de smaak van je stuk vlees straks optimaal tot zijn recht.



Lamsfilet

- Herkomst: rug
- Kenmerken: zeer mals
- Bereiding: 2 min. aanbakken aan elke kant in een hete pan met wat boter
- Lekker in: de grillpan of op de barbecue

Lamsborst

- Herkomst: borst/flank
- Kenmerken: smakelijk stuk lam, wordt vaak verkocht als rollade
- Bereiding: bruin het vlees in de pan met wat boter. Laat vervolgens langzaam garen in de oven op 160°C (1,5 à 2u)
- Lekker in: stoofschotels of tajines

Lamskroon

- Herkomst: voorzijde van de rug
- Kenmerken: feestelijk stuk lam
- Bereiding: braad het vlees in een voorverwarmde oven (180°- 200°C). 25 à 30 min per 450 g, en laat 5 minuten per 450 g rusten
- Lekker met: gegrilde lentegroenten en geroosterde aardappelen

[Test dit recept voor lamskroon met groene asperges en aardappelwedges!](#)

Lamsbout

- Herkomst: de billen of (achter)poten
- Kenmerken: dit edele deel bevat het meest smaak
- Bereiding: met of zonder bot 15 min. braadtijd per 500 g vlees / grillen op de barbecue
- Lekker met: lentepriesters als asperges, peultjes en zeekraal



Lamsgehakt

- Herkomst: taaiere stukken bout, schouder, nek of borst
- Kenmerken: redelijk vet wat véél smaak geeft, vraag voor mager gehakt naar een poot of schenkel
- Bereiding: 3 tot 5 min. bakken in de pan met wat boter of 2 min. grillen aan elke kant
- Lekker in: een gratinschotel, stoofpotje of als moussaka

[Maak heerlijke filodeegrolletjes met lamsgehakt!](#)

Weetjes

- Vroeger werden schapen vooral gekweekt voor hun melk en voor de wol.
- De weilanden waarop schapen grazen én de leeftijd van het lam als het geslacht wordt, bepalen de smaak van het vlees.
- Hoe bleker het vlees, hoe jonger het lam.
- Lamsvlees gaat goed samen met look, salie, rozemarijn, oregano, tijm en munt.