

ingrediënten (voor 4 personen)

- 8 kleine lende of schouder koteletten
- 1 groot blik asperges (of verse)
- 125 a 175 gram kleine champignons
- beetje boter
- peper en zout
- klein beetje magere yoghurt

Voor de garnering

- waterkers
- reepjes rode paprika

Bereiden

Gril de kotelet snel aan beide zijden, zodat het aroma wordt behouden. Houd ze warm. Verwarm of kook de asperges. Wentel de champignons door de warme boter. Doe dit langzaam, daar met weinig boter dient te worden gewerkt en ze niet mogen uitdrogen. Peperen en zouten. Schik alles op een grote schaal met waterkers en reepjes paprika. Om de champignons iets vochtiger te maken doet u er een schepje magere yoghurt bij.

Bewaar op een koel plaats. Het gerecht kan ook koud worden gegeten.