**Biefstuk friet**

biefstuk

aardappelen  
kropsla

mayonaise  
tomaatjes  
boter

peper en zout

Snijd de frietjes met de hand en probeer ze allen even dik te maken, zo ongeveer iets minder dan een centimeter. De lengte speelt geen rol. Bak de frietjes in porties een eerste keer 4 minuten op 150°C. Dat is om ze te ‘pocheren’, om de binnenkant te garen.

Laat ze afkoelen en was ondertussen de sla. Haal er de harde stukken uit. Meng met een paar eetlepels mayonaise. Je kan de sla ook onbewerkt op tafel zetten, met de mayo erbij in een potje. Snijd de tomaatjes in parten en verwijder de pitten.

Breng het vlees op kamertemperatuur. Wrijf de stukken in met peper en zout. Kies voor een kleefpan. Zet het vuur hoog en laat een flinke klont boter bruisen. Leg de steaks in de pan zonder ze te prikken met een vork. Zorg ervoor dat de pan volledig gevuld is met vlees en blijf er dan op z’n minst 2 minuten af! Er zelfs niet aan dénken om ze even op te tillen bijvoorbeeld.

Keer de biefstukken om en laat opnieuw 2 minuten bakken. Nu moet je kiezen. Zet het vuur alvast lager.

Voor saignant bak je ze nog 1 minuutje aan elke kant, voor à point 2 minuten en voor bien cuit 3 minuten. We spreken hier wel over serieuze biefstukken, van op m’n minst een paar centimeter dik. Zo van die dunne lapjes vlees *‘bakken en bruinen’*, dat is niets voor deze stoere nationale plat.

Zet de pan weg van het vuur, zet het deksel erop en laat een tiental minuutjes afgedekt staan. Bak ondertussen de frietjes.

Bak de frieten voor de tweede keer en nu op 180°C. het is de bedoeling dat de buitenkant nu mooi kleurt en ze krokant worden. Dit moet je op zicht beoordelen. Blijf dus bij je frietketel en schud de frietjes een paar keer om en beoordeel of ze voldoende goudbruin gebakken zijn.

Haal ze er op tijd uit, voor de suikers in de frieten beginnen te karamelliseren. Dat is niet mooi, niet lekker en bovendien niet gezond.

**Op het bord**. Een biefstuk, een schep frietjes een portie sla, mayonaise en een paar stukjes tomaat. Nog wat zout op de frietjes en voilà, het meest typische Belgische nationale gerecht staat voor je neus!