

RECEPT VAN DE MAAND

JANUARI

GESTOOFD LAMS- OF RUNDVLEES MET AARDAPPELPUREE EN RODE KOOL

WIJN: ANTARES, CABERNET SAUVIGNON



RECEPT VOOR 6 PERSONEN

BENODIGDHEDEN

Voor het stoofvlees:

1 kg lams- of rundvlees
300 gr mager gerookt spek
2 uien
1 steel prei
1 winterwortel
1/2 knolselderij
3 tenen knoflook
3 laurierblaadjes
1 blikje tomatenpuree
2 el suiker
1 el gerookte paprikapoeder
3 el bloem
1/2 fles Antares Cabernet Sauvignon
Runderbouillon
Olijfolie
Peper en zout

Voor de aardappelpuree:

1 kg aardappelen
2 eieren
Flinke scheut room
2 tl mosterd
1 tl nootmuskaat
Peper en zout

Voor de rode kool:

500 gr rode kool
1 ui
3 goudrenetten
1 tl kaneel
50 gr roomboter
4 kruidnagels
2 laurierblaadjes
Scheut rode wijn
Peper en zout

BEREIDING

Voor het stoofvlees:

Snij de uien, prei, winterwortel, knolselderij fijn, en de knoflook ragfijn. Snij het spek in reepjes. Snij het vlees in blokjes van 3 cm. Meng peper, zout en de paprikapoeder door het vlees. Verhit olijfolie in een ruime pan. Voeg het vlees en het spek toe en bak even aan. Dan de groente erbij en bak weer even aan. Roer af en toe om. Voeg de tomatenpuree toe en bak weer even aan. Dan de suiker erbij. Strooi de bloem over het mengsel en roer goed door met een houten lepel. Schenk dan de wijn erbij. Roer goed door. Als het te dik wordt, voegen we wat runderbouillon toe. Laat dan stoven op een zeer matig vuur, het liefst zonder te koken. Roer af en toe door. Als het vocht verdampt, voegen we wat toe en roeren het door. We kunnen het ook in een oven garen met boven/onder warmte op 80 graden. Hou in de gaten, als het vlees uit elkaar valt, is de stoofschotel gaar. Het gerecht wordt lekkerder als het 24 uur "overstaat".

Voor de aardappelpuree:

Schil de aardappelen en kook in zout water gaar. Giet ze af en stamp ze fijn. Roer er dan de eieren door met een scheut room. Breng op smaak met mosterd, nootmuskaat en peper en zout.

Voor de rode kool:

Snij de kool fijn. Schil de ui, maar laat verder heel en steek met de kruidnagels de laurierblaadjes in de ui. Zet de kool op het vuur met de wijn een scheut water en met de ui in het midden van de pan. Schil de goudrenetten, en haal het klokhuis eruit. Leg ze boven op de kool met de kaneel en de boter. Kook rustig gaar. Roer af en toe voorzichtig om, probeer de ui in het midden te houden. De appel zal zo gaar worden, dat je hem op een gegeven moment door de kool roert. Als de kool gaar is, gieten we hem af en halen we de kruidnagels uit de ui. Snij de ui fijn en roer ook door de kool. Breng op smaak met peper en zout.

Heerlijk met een glas Antares Cabernet Sauvignon!

Prosit,
Ab Tamis, chef kok van de Wijnproevers.

