

Stoofvlees met seizoensgroenten

Dit gerecht omarmt de rijke smaken van langzaam gegaard vlees, met een diepte die wordt gecreëerd door het stoven in een volle bouillon. De seizoensgroenten brengen textuur en een natuurlijk zoete frisheid die perfect harmoniëren met het sappige vlees. Een lichte korst ontwikkelt zich aan de buitenkant, terwijl de binnenkant zacht en vol van smaak blijft. De smaken smelten samen in een romige, gebonden saus die elke hap verrijkt. Dit zorgt voor een warm en troostend gerecht, ideaal voor een gezellige maaltijd.

Ingrediënten (voor 2 personen)

- 600 gram rundvlees
- 2 grote uien
- 3 wortels
- 2 stuks prei
- 500 ml runderbouillon
- 2 eetlepels bloem
- 2 takjes tijm
- 2 laurierbladen
- 2 eetlepels olie
- zout
- peper

Zo pakken we het aan

1. Snijd het rundvlees in blokken en bestrooi het royaal met zout en peper voor extra smaak.
2. Verhit de olie in een ruime pan en schroeい het vlees rondom dicht tot het een mooie bruine kleur krijgt, meestal zo'n 5–7 minuten.
3. Voeg de in ringen gesneden uien toe aan de pan en laat ze mee koken tot ze glazig zijn, ongeveer 4–5 minuten.
4. Strooi de bloem over het vlees en meng alles goed, zodat de bloem de smaken opneemt en een lichte korst vormt.
5. Giet de runderbouillon erbij en voeg de tijm en laurierbladen toe, laat het geheel aan de kook komen en zet daarna het vuur laag.
6. Snijd de wortels en prei in grovere stukken en voeg ze toe aan de pan, laat alles samen zachtjes stoven voor ongeveer 1,5 uur.
7. Controleer regelmatig en roer voorzichtig, zodat de smaken goed kunnen intrekken en het vlees heerlijk mals wordt.