

Stoofvlees met friet

Bereiden in:
Voorbereiding: 0 min.
Bereiding: 0 min.

Recept voor 4 personen

Ingredienten

- Voor het stoofvlees
- 2 grote uien
- roomboter
- 1 el bloem
- 1 kilo Riblap
- 1 tl gemalen korianderzaad
- 1 tl gemalen gemberwortel (gedroogd)
- 1 tl gemalen kardemom
- 1 tl zwarte peper
- 1 tl nootmuskaat (of 1/2 tl piment)
- 1 flesje bruin bier
- 2 blaadjes laurier
- 2 takjes tijm
- 1 kruidnagel
- 2 sneetjes peperkoek
- 2 el scherpe mosterd
- Voor de frieten
- 1.5 kilo licht-kruimige aardappelen

Voedingswaarde

-

Textielstraat 13 | 7483 PC Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Stoofvlees met friet

Bereiding

Voor het stoofvlees

1. Pel de uien en snipper ze in niet al te fijne stukjes.
2. Verhit een ruime stoofpot en smelt er een klontje boter in.
3. Stoof daarin de uien op een matig vuur. Laat de uien niet bruin bakken.
4. Wentel het vlees kort in bloem en schroei in een andere (braad)pan tot ze een goudbruin kleurtje hebben. Kruid het vlees tijdens het bakken met wat peper van de molen, een snuifje zout en de specerijen.
5. Doe de stukjes vlees bij de uien.
6. Blus de aanbaksels van het vlees in de tweede pan af met het bier. Roer alle aanbaksels van het vlees los terwijl het bier aan de kook gebracht wordt (dit heet deglaceren).
7. Zodra het bier kookt, giet je het bij de stoofpot.
8. Bind enkele blaadjes laurier en een paar takjes verse tijm samen met een stukje keukentouw. Laat het kruidentuiltje samen met de kruidnagel meestoven in de pan. Besmeer de peperkoek met mosterd. Laat het stoofvlees anderhalf tot drie uur lang sudderen op een zacht vuur. Het deksel hoeft niet op de pot. De kooktijd is afhankelijk van de kwaliteit van het vlees. Roer af en toe eens in de pot en controleer tussendoor of het vlees voldoende gaar is. Het laatste half uur kan je het deksel verwijderen om te laten inkoken tot de gewenste dikte.

Voor de frieten

1. Schil de aardappelen en snijd ze met de hand in gelijkvormige frieten. Was de frieten niet, want dan spoel je het zetmeel eraf.
2. Verhit het frituurvet op 140°C. Bak de frietjes een eerste keer, maar laat ze nog niet

kleuren. Laat de frietjes koud worden in een schaaltje met wat keukenpapier.

3 Verhit het frietvet vervolgens tot 180°C. Bak de koude frieten nu goudbruin en knapperig. Giet de frieten opnieuw in een schaal met wat keukenpapier, zodat ze even kunnen uitlekken. Strooi er naar smaak wat zout over.