



# BELGISCH STOOFVLEES

*Hoofdgerecht voor 3-4 personen)*

## **INGREDIENTEN:**

- 750-800 gram runderlappen (stooflappen of riblappen)
- 30 gram roomboter
- snuf gemalen peper
- 2 sjalotten
- 3 kruidnagels
- 1-2 gedroogde laurierblaadjes
- 1 flinke theelepel mosterd
- 80 gram ontbijtkoek
- 250 ml Belgisch dubbel (wat zoeter) of trippel (wat bitterder) bier
- 250 ml rundervlees bouillon

**Bereidingstijd:** 30 minuten + 2-3 uur stooftijd

## **Bereidingswijze:**

1. Haal het vlees een kwartiertje van tevoren uit de koelkast. Dep het vlees aan beide kanten droog met een keukenpapiertje. Laat de roomboter smelten in de braadpan en bak hierin het vlees rondom aan op hoog vuur, gedurende 2-3 minuten. Halverwege even keren en breng op smaak met een snuf versgemalen peper. Doe dit eventueel in 2-3 etappes, als het vlees niet in een keer in de pan past.
2. Draai het vuur naar laag en rangschik de runderlappen over de bodem van de pan en stapel ze eventueel op. Pel en snipper de sjalotten en voeg toe aan de braadpan. Voeg tevens de kruidnagel, laurierblaadjes en mosterd toe. Verkrummel vervolgens het ontbijtkoek over het vlees en giet hier het bier en bouillon overheen. Het vlees dien net onder de staan. Sluit de pan af met de deksel en laat het Belgische stoofvlees met bier en ontbijtkoek gedurende 3 uur doorkoken, met de deksel op de pan. Tussentijds wel een paar keer doorroeren met een houten lepel om aanbranden te voorkomen.
3. Serveer dit Belgische stoofvlees met gebakken aardappels/aardappelpuree en geroosterde spruitjes.

Eet smakelijk!

*TIP! Dit Belgische stoofvlees is de volgende dag zelfs nog lekkerder. Laat na bereiding de pan, zonder deksel, volledig afkoelen. Dit kan gerust de hele avond, op het aanrecht. Voor het serveren de pan weer even zachtjes aan de kook brengen.*