



Lamsstoof met abrikozen en amandelen

Een zoet-hartige stoofpot van mals lamsvlees met gedroogde abrikozen, honing en warme kruiden. Langzaam gegaard tot het vlees uit elkaar valt.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
25'	120'	6	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 1 kg lamsschouder, in blokken
- 2 uien, gesnipperd
- 3 teentjes knoflook, fijngehakt
- 1 stukje verse gember, geraspt
- 1 tl kaneelpoeder
- 1 tl komijnpoeder

1 tl gemberpoeder
0,5 tl kurkuma
1 snuf saffraandraadjes
200 gr gedroogde abrikozen
2 el honing
600 ml bouillon
3 el olijfolie
60 gr geblancheerde amandelen
2 el sesamzaad
zout en peper
verse koriander

Bereidingswijze

1. Verhit de olijfolie in een zware pot en bak de lamsblokjes in porties rondom bruin. Haal ze uit de pot.
2. Fruit in dezelfde pot de uien zacht, voeg dan de knoflook en gember toe en bak nog een minuut.
3. Roer de kaneel, komijn, gemberpoeder, kurkuma en saffraan erdoor en bak kort tot het geurt.
4. Doe het vlees terug in de pot, giet de bouillon erbij en breng aan de kook. Kruid met zout en peper.
5. Zet het vuur laag, dek af en laat 90 minuten zachtjes stoven tot het vlees mals wordt.
6. Voeg de gedroogde abrikozen en de honing toe en laat nog 30 minuten sudderen tot de saus wat indikt.
7. Rooster ondertussen de amandelen goudbruin in een droge pan.
8. Proef en breng eventueel bij met zout, peper of extra honing.
9. Bestrooi de stoof met de geroosterde amandelen, sesamzaad en grofgehakte koriander en serveer met couscous.