



Stifado: Griekse rundstoofpot met zilveruitjes

Een geurige Griekse stoofpot van mals rundvlees en hele zilveruitjes, gekruid met kaneel, laurier en rode wijn. Uren zacht sudderen tot het vlees uit elkaar valt.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
30'	150'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 800 gr rundvlees voor stoofpot, in blokken
- 500 gr zilveruitjes, gepeld
- 3 el olijfolie
- 3 teentjes knoflook, fijngesneden
- 2 el tomatenpuree
- 400 gr tomatenblokjes uit blik

150 ml rode wijn
2 el rodewijnazijn
1 kaneelstok
2 laurierblaadjes
4 kruidnagels
1 tl gedroogde oregano
250 ml runderbouillon
zout en peper naar smaak

Bereidingswijze

1. Dep het rundvlees droog en bestrooi met zout en peper. Verhit 2 el olijfolie in een zware braadpan en schroei het vlees rondom bruin in porties. Schep uit de pan en zet apart.
2. Voeg de rest van de olie toe en bak de gepelde zilveruitjes een paar minuten tot ze lichtbruin kleuren. Neem ze uit de pan.
3. Fruit de knoflook kort in dezelfde pan. Roer de tomatenpuree erdoor en bak een minuut mee tot ze donkerder wordt.
4. Blus af met de rode wijn en de azijn en schraap de aanbaksels los. Laat de alcohol een minuut verdampen.
5. Doe het vlees terug in de pan met de tomatenblokjes, de bouillon, kaneelstok, laurier, kruidnagels en oregano. Breng aan de kook.
6. Zet het vuur laag, dek af en laat 1,5 uur zachtjes sudderen.
7. Voeg de zilveruitjes toe en stoof nog 45 minuten door tot het vlees boterzacht is en de saus is ingedikt.
8. Vis de kaneelstok, laurier en kruidnagels eruit. Proef en breng op smaak met zout en peper. Serveer met rijst of vers brood.