



Vlaamse karbonaden met bruin bier

De echte Vlaamse karbonaden: sudderend rundvlees in bruin bier met ui, mosterd en peperkoek, tot de saus donker en zoetzuur is.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
25'	165'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 1 kg rundstoofvlees in blokken
- 3 grote uien
- 50 gr boter
- 330 ml bruin abdijbier
- 250 ml runderbouillon
- 2 sneden peperkoek
- 2 eetlepel mosterd
- 1 eetlepel bruine suiker
- 1 eetlepel appelazijn

2 laurierblaadjes

3 takjes tijm

peper en zout

Bereidingswijze

- 1.** Dep het vlees droog en kruid het goed met peper en zout.
- 2.** Bak de blokken in de boter in porties rondom bruin en haal ze uit de pot.
- 3.** Snipper de uien grof en stoof ze in het bakvet zacht en lichtbruin.
- 4.** Doe het vlees terug bij de uien en blus met het bruin bier en de bouillon.
- 5.** Voeg de bruine suiker, de appelazijn, de laurier en de tijm toe.
- 6.** Bestrijk de sneden peperkoek met de mosterd en leg ze bovenop; ze binden straks de saus.
- 7.** Dek af en laat op een heel zacht vuur minstens 2,5 uur pruttelen tot het vlees uit elkaar valt.
- 8.** Roer de gesmolten peperkoek door de saus, proef op de balans tussen zoet en zuur en dien op met frietjes.

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)