



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 boterzacht is en de saus diep van smaak.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
30'	150'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

800 gr rundvlees voor stoofpot, in blokken van ca. 4 cm
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 kl gedroogde oregano

250 ml runderbouillon

zout en peper naar smaak

Bereidingswijze

- 1.** Dep het rundvlees droog met keukenpapier en bestrooi royaal met zout en peper.
- 2.** Verhit 2 el olijfolie in een zware braadpan op hoog vuur. Schroeï het vlees in porties rondom goudbruin aan, zonder de pan te overladen. Schep het vlees uit de pan en zet apart.
- 3.** Voeg de resterende olijfolie toe aan de pan en zet het vuur middelhoog. Bak de gepelde zilveruitjes 3 tot 4 minuten tot ze lichtbruin kleuren. Schep ze uit de pan en zet apart.
- 4.** Fruit de knoflook in dezelfde pan gedurende 1 minuut. Roer de tomatenpuree erdoor en bak nog 1 minuut mee tot ze iets donkerder kleurt.
- 5.** Blus af met de rode wijn en de rodewijnazijn. Schraap de aanbaksels los van de bodem en laat de alcohol 1 tot 2 minuten verdampen.
- 6.** Voeg het aangebraden vlees terug toe samen met de tomatenblokjes, de runderbouillon, kaneelstok, laurierblaadjes, kruidnagels en oregano. Breng aan de kook.
- 7.** Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat 1,5 uur zachtjes sudderen.
- 8.** Voeg de gereserveerde zilveruitjes toe en stoof nog 45 minuten verder tot het vlees boterzacht is en de saus mooi is ingedikt.
- 9.** Vis de kaneelstok, laurierblaadjes en kruidnagels uit de saus. Proef en breng op smaak met zout en peper.

Tip

Gebruik dezelfde rode wijn in het gerecht als die u erbij schenkt. Een goede kookwijn verbetert de diepte van de saus aanzienlijk. Zilveruitjes pelt u makkelijker door ze eerst 1 minuut in kokend water te dompelen en daarna direct in koud water te leggen.

Lekker met

Serveer met witte rijst of stevig boerenbrood om de saus op te dippen.

Dranktip

Kies een stevige Griekse rode wijn zoals een Xinomavro of een Agiorgitiko, die de kruidige saus mooi aanvullen.

Ontdek meer recepten op **kookpot.be**