



Grootmoeders Stoofvlees

Ingrediënten voor ca. 4 personen

- 500 à 600g magere runderlappen
- 50 g Ongezouten roomboter
- 1 ui gesnipperd
- 1 eetl. Bruine basterdsuiker
- 1 eetl. Bloem
- Ca. 300ml rode wijn of donker bier
- rundvleesbouillon
- 2 laurierblaadjes
- 3 kruidnagels
- 2 sneetjes (oud) brood
- mosterd

Bereidingswijze:

Dep de braadlappen droog en bestrooi met peper en zout. Snipper de uien.

Verhit roomboter in een braadpan tot het schuim begint weg te trekken. Bak de braadlappen even aan tot heel lichtbruin.

(Wanneer niet alles tegelijk in de pan kan. Braad eerst een braadlap, leg deze even in een schaal en bak dan de volgende even aan.) Allemaal lichtbruin? Haal de braadlappen uit de pan. Fruit de uien 2 à 3 minuten in het bakvet. Leg de braadlappen bovenop de uien.

Schenk de azijn en het warme water langs de wand van de pan bij het vlees. Voeg de laurierblaadjes, jeneverbessen en kruidnagels toe. Breng aan de kook en doe de deksel op de pan. Stoof het vlees en de uien 1 uur op laag vuur.

Snijd de ontbijtkoek in blokjes. Schep de ontbijtkoek samen met de appelstroop en de suiker door het vlees en stoof nog 1 ½ uur (De braadlappen moeten uit elkaar vallen). Voeg eventueel nog een scheutje warm water toe. Breng het zuurvlees op smaak met suiker, peper en zout.

Combinatietip:

Het zuur van de azijn, wordt gecompenseerd door de friszoete appelstroop en de kruidige smaak van de ontbijtkoek, die tegelijk ook de jus bindt. Traditioneel wordt zuurvlees gegeten met dikke frieten.

Je kan in plaats van braadlappen ook stooflappen, riblappen of doorregen lappen gebruiken.