

Stoofvlees met Tomaat en Harissa

 Bereiden in: oven

 Voorbereiding: 30 min.

 Bereiding: 10 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- 2 el paprikapoeder
- 2 el bruine basterdsuiker
- 2 tl knoflookpoeder
- 1 tl uienpoeder
- 2 kg klapstuk, vetlaagje deels weggesneden
- 1 ui fijngesneden
- 2 tenen knoflook fijngesneden
- 2 el tomatenpuree
- 60 ml tomaten passata
- 1 el Harissa peperpasta
- 5 el ahornsiroop
- 5 el balsamicoazijn
- 800 g kerstomaatjes met vocht uit blik

Voedingswaarde

- Voedingswaarde: calorieën: 397kcal | eiwit: 47g | vet: 16g | koolhydraten: 14g

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/images/new/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl



Stoofvlees met Tomaat en Harissa

Bereiding

- 1 Meng in een kom het paprikapoeder, de suiker, het knoflookpoeder, het uienpoeder en wat zout en peper door elkaar.
- 2 Wrijf het vlees in met dit specerijenmengsel en laat het minimaal 30 min. (of zo lang mogelijk) marinieren in de koelkast.
- 3 Verwarm de oven voor op 140°C. Laat het vlees weer op kamertemperatuur komen.
- 4 Leg in een afsluitbare (gietijzeren) stoofpan met dikke bodem, voeg de overige ingrediënten en 500 ml water toe en leg een deksel op de pan.
- 5 Stoof het vlees in ± 10 uur botermals of tot het makkelijk uit elkaar valt. Keer halverwege en voeg eventueel water toe als de saus teveel inkookt.
- 6 Schep het teveel aan vet van de saus.

Serveren

Snijdt het vlees in plakjes, leg ze in de saus en serveer.

image not found
<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten