

Patatje stoofvlees BinnensteBuiten

slowcooker

Ingredienten:

- 1 500gr rib of sucadelappen.
- 2 1 klont boter
- 3 3 uien.
- 4 1 teen knoflook.
- 5 1 el bloem.
- 6 1 flesje blond bier.
- 7 2 blaadjes larier.
- 8 1 bosje tijm.
- 9 2 kruidnagels.
- 10 4 jenerverbessen.
- 11 2 el mosterdzaad.
- 12 100ml azijn.
- 13 1 el mosterd.
- 14 3 plakken ontbijtkoek.
- 15 peper.
- 16 zout.
- 17 water.
- 18 Rawit pepertje.
- 19 Patat.

Bereiden:

- 1 Van de sucadelappen de vetrandjes verwijderen en in grove stukken snijden. (2x2cm)
- 2 Bestrooi het vlees met bloem, peper en zout.
- 3 Verhit de boter in een braadpan en bak het vlees in delen op middelhoog vuur, rondom bruin. (10min)
- 4 Het vlees onderin de slowcooker gooien.
- 5 Bak de uien in het overgebleven bakvet. Eventueel boter toevoegen.
- 6 Blus het af met het bier en voeg de kruiden en specerijen toe. Alles in de slowcooker doen.
- 7 Doe de azijn, water en het pepertje erbij.
- 8 Leg de ontbijtkoek met mosterd en jam op de stoof.
- 9 De deksel op de pan en laat het 4 a 6 uur zachtjes gaar worden op slow.
- 10 Roer het vlees door tot het allemaal draadjes worden.
- 11 Breng op smaak met zout en peper.
- 12 Klaar.

* Kies voor dikke belgische patat