

Ingrediënten

1 kg stoverij rundsvlees
2 versnipperde uien
1 el bloem
1 flesje kasteelbier of onderzetten met wild fond
1 el mosterd
4 el bruine suiker
2 laurierblaadjes
2 tl tijm

Recept

Bruineer het vlees met boter in een pan.

Voeg versnipperde uien toe

Voeg bloem toe en roer goed om.

Voeg bier / fond, mosterd, suiker, laurier, tijm toe en water tot geheel onderstaat.

Sudder 1,5 uur tot vlees zacht is.

Bron

Martine Lycke

11/2007
