

Recept: Stoofvlees op Milanese Wijze



Een klassiek Italiaans gerecht uit Milaan waarbij malse rundsstoofvlees wordt gesudderd in een rijke tomatensaus met witte wijn, groenten en kruiden. Wordt traditioneel geserveerd met spaghetti en afgewerkt met gremolata - een frisse mix van peterselie, knoflook en citroenschil.

Bron: kuechengoetter.de



Aantal personen: 20



Tijd: 180-210 minuten



Moeilijkheid: Gemiddeld

Ingrediënten:

<input type="checkbox"/> Rundsstoofvlees	6000 g	
<input type="checkbox"/> Peper en zout	Naar smaak	
<input type="checkbox"/> Olijfolie	5 scheutjes	
<input type="checkbox"/> Bloem		voor het bestuiven
<input type="checkbox"/> Uien	10	fijn gesnipperd
<input type="checkbox"/> Look	10 teentjes	tot pulp geplet, of zeer fijn gesneden
<input type="checkbox"/> Selderstengels	20	in ultrafijne stukjes
<input type="checkbox"/> Wortelen	30	in piepkleine blokjes, brunoise
<input type="checkbox"/> Witte wijn	250 ml	
<input type="checkbox"/> Laurierblaadjes	5	
<input type="checkbox"/> Verse tijm	Naar smaak	
<input type="checkbox"/> Peterselie (stengels + blaadjes apart)		
<input type="checkbox"/> Tomatenpulp	5 l	
<input type="checkbox"/> Tomatenpuree	400 g	

Voor de Gremolata:

<input type="checkbox"/> Look	5 teentjes	tot pulp geplet
<input type="checkbox"/> Citroen	5	enkel gele schil geraspt
<input type="checkbox"/> Krulpeterselie	5 bosjes	fijn gehakt

Bereidingswijze

Het Vlees Voorbereiden en Kleuren

- Kruid het vlees aan beide zijden met peper van de molen en een snuifje zout.
- Verhit een ruime stoofpot op een matig vuur en doe er een scheut olijfolie in.
- Bak het vlees aan beide zijden goudbruin in de hete olijfolie. Doe dat kort en krachtig - het vlees hoeft binnenin nog niet gaar te zijn.
- Strooi er wat bloem over en laat nog kort bakken.
- Haal de pot van het vuur en neem het vlees uit de pan. Zet het bord met vlees even aan de kant.

De Groenten Snijden en Stoven

- Neem even de tijd om alle groenten zorgvuldig te snijden. Hoe kleiner je ze snijdt, hoe beter en verfijnder het resultaat wordt.
- Pel de uien en snipper ze in hele fijne stukjes. Plet de look tot pulp.
- Verwijder de bladeren van de selderstengels en snij de stengels in ultrafijne stukjes.
- Schil de wortels en snij ook deze in brunoise.
- Zet de pot (met braadvet) waarin je het vlees hebt gekleurd op een zacht vuur en stoof er de groentjes in. Roer regelmatig.

Toevoegen Vlees, Wijn en Tomatenpulp

- Leg na enkele minuten het vlees op de gestoofde groenten. Giet ook de braadsappen mee in de pot.
- Doe de tomatenpuree erbij en laat deze kort meebakken
- Schenk er vervolgens de witte wijn bij, laat kort inkoken
- Maak een kruidentuiltje of bouquet garni van de laurierblaadjes (20 stuks), de peterseliestengels en de tijm. Voeg het toe aan de stoofpot.
- Giet nu de tomatenpulp erbij en laat de schotel 2 tot 3 uur pruttelen op een zacht vuurtje.

Gremolata voor erbij

- Maak de gremolata: Pel de look (15 teentjes) en plet tot pulp. Rasp daarover de schil van de citroenen (5 stuks) - enkel het gele deel. Hak een stevige portie peterselie (5 bosjes) fijn en meng met de citroenzestes en de look.
- Proef of alle smaken in balans zijn. Geef apart mee