

Everzwijnstoofvlees met witlof, spruitjes en bospaddenstoelen



Gerechten: Hoofdgerecht

Bron: Appetijt - L. Van den Bos

Ingrediënten

Stoofvlees van everzwijn
licht gerookte spekreepjes
zout en peper
uien
boter
laurier en tijm
rode wijn
bindmiddel

gemengde bospaddenstoelen
spruitjes
witlof (kleine stronkjes)
geraspte kaas
nootmuskaat

Bereiding

Spruitjes en witlof schoonmaken.

Witlof 10 minuten stomen en afkoelen onder koud stromend water.

Spruitjes 12 minuten stomen en afkoelen onder koud stromend water.

Doe de groenten apart in een ingevette ovenschaal en kruid met zout, peper en nootmuskaat.

Doe wat gesmolten boter over de groenten en strooi over het witlof een beetje geraspte kaas.

Dek de groenten af met aluminiumfolie en plaats 20 minuten voor de maaltijd in een oven op 175 graden.

Bospaddenstoelen in ruim koud water wassen en direct goed laten uitlekken.

Uien in niet te kleine stukken snijden.

In een pan op hoog vuur met boter het vlees aan alle kanten mooi bruin kleuren en dan overdoen in de pan van de multicooker (ik gebruik de Crockpot Express).

In hetzelfde braadvet de uien en de spekjes bakken en ook overdoen in de pan van de multicooker.

De hete pan afblussen met rode wijn en dit bij het vlees doen. Voeg zout, peper, tijm en laurier toe en eventueel een blokje vleesbouillon. Doe het deksel op de multicooker met het ventiel gesloten (seal).

Gebruik de programmatoets 'Meat/ stew' en pas de tijd aan tot 1 uur.

Na de bereidingstijd het gerecht 10 minuten op warmhoud stand laten rusten zodat de meeste stoom vanzelf oplost. Het ventiel openen en even wachten tot het ventiel alle stoom heeft doen ontsnappen. Zolang de warmhoud stand 'keep warm' actief is kun je bindmiddel door de stoverij roeren als dat nodig is. Bren op smaak.

De bospaddenstoelen al omschuddend in een koekenpan met hete boter al omschuddend kort bakken op hoog vuur.

Notities

Stoverij, everzwijn, bospaddenstoelen, meer herfst moet dat niet zijn. Zeker met spruitjes en witlof uit de oven er bij is dit een uitstekend gerecht voor wat koudere en natte dagen.

Als je niet over een multicooker beschikt, gebruik dan gewoon een braadpan met deksel, heeft ook nog als voordeel dat je het vlees niet hoeft aan te braden in een aparte pan. Reken dan wel 2,5 uur stooftijd op een zacht vuurtje en regelmatig doorroeren.

Foto's

