

Goulash van wild (4 personen)

Bereiden: 25 minuten

In de pan: 4 uur

Nodig:

- 2 kleine uien
- 2 rode paprika's
- 150 g dunne sperziebonen
- 6 kruimige aardappels
- 100 g spekjes (of bacon)
- 1 el olijfolie
- 600 g stoofvlees van wild (leefst gemengd)

- 1 el tomatenpuree
- 1 dl rode wijn
- 3 dl wild- of runderfond
- 1 laurierblad
- 2 tkjes verse tijm
- 1 knoflookteen
- 1 tl peperkorrels
- ¼ tl kummel
- 150 g diepvrieserwten



Doen:

Halveer de uien, snij de helften in smalle partjes. Snij het vruchtvlies van de paprika's in kleine vierkantjes. Haal de sperziebonen af. Schil de aardappels en snij ze in blokjes.

Neem een grote braadpan. Bak de spekjes uit in de olie, zodat bijna al het vet loskomt.

Snij het stoofvlees in blokjes van ± 3-4 cm.

Schep het vlees in de pan en roerbak het op hoog vuur bruin. Voeg de uien en tomatenpuree toe en bak het mengsel al roerend 3-4 minuten. Schep het vlees uit de pan.

Schenk de wijn in de pan en roer de aanbaksels los. Roer de helft van de fond erbij en breng aan de kook. Schep het vlees weer terug, voeg kruiden, knoflook en specerijen toe en dek de pan af.

Stoof het vlees in 4 uur zacht en gaar op een heel laag pitje. Schep na 3½ uur de aardappels erbij en 15 minuten later de sperziebonen en doperwten.

Voeg eventueel af & toe wat fond toe als het geheel te droog wordt. Controleer of de aardappelblokjes gaar zijn.

Serveren:

Lekker met paddestoelenrisotto

kummel of karwijzaad hoort bij echte Hongaarse goulash

Subtiel smak

errens tussen komijn en anijs

TIP!

Zout is niet nodig vanwege de spekjes



Dag van tevoren maken?

dan wel snel laten afkoelen



TIP!

- ① buiten in de vrieskou (deksel schuin) of
- ② in een bak met ijswater (af & toe roeren)



het ultieme ontbijts-recept!