

Boeuf Bourguignon, een Franse stoof / Boeuf Bourguignon, a French stew



De boodschappen

- 500 gram doorregen rundvlees in blokjes
- 150 ml runder fond
- 1 grote wortel en een laurier blaadje
- 1 grote ui en 6-8 shallotjes
- teentje knoflook
- 3 stengels bleekselderij
- bosje platte peterselie
- 1 doosje paddestoelen
- 1 - 2 eetlepels bloem
- 2 eetl. olijfolie en 2 eetl. boter
- 185 ml Franse rode wijn

Boeuf Bourguignon, een Franse stoof / Boeuf Bourguignon, a French stew

Zo maak je Boeuf Bourguignon

Braad de blokjes rundvlees aan in half olie/half boter. Schep het vlees als het bruin is uit de pan en zet het opzij.

Snipper de ui en pel de shallotten.

Borstel de champignons schoon, snij de grote in kwarten, laat de kleine heel.

Was de bleekselderij, dep het droog met keukenrol en snij het in fijne reepjes.

Schil de winterwortel en snij hem ook in kleine reepjes.

Was de peterselie in ijskoud water, laat ze goed uitlekken en knip ze heel fijn met de keukenschaar.

Bak de shallotten rondom licht bruin en neem ze uit de pan.

Bak de ui, bleekselderij & wortel zacht en pers de knoflook er bij.

Voeg 2 eetlepels bloem toe en roer ze door de groenten.

Voeg de wijn in kleine scheutjes toe en roer het door de groenten.

Schenk het runderfond ook bij de groenten en roer het door.

Breng de groenten aan de kook. Voeg het vlees en de laurier toe.

Laat de stoof met de deksel op de pan 3 uur zacht sudderen, roer af en toe in de pan.

Er zijn nog 3 ingredienten ongebruikt:

Als het vlees bijna gaar is bak je snel de champignons.

Schep de champignons en de shallotten door de stoofpot, verwijder de laurier.

Zet de stoof in een grote schaal op tafel en strooi de peterselie er over (oeps, vergeten!)

Geef net als de Fransen gekookte aardappelen en veel rode wijn bij de stoof, heerlijk!

Boeuf Bourguignon, een Franse stoof / Boeuf Bourguignon, a French stew



Shopping list

500 gram marbled beef into cubes
150ml beef stock
1 large carrot and a bay leaf
1 large onion and 6-8 shallots
1 clove garlic and 3 stalks celery
a bunch of flat leaf parsley
1 box of mushrooms
1-2 tablespoons flour
2 tbsp. olive oil and 2 tbsp. butter
185 ml French red wine

Boeuf Bourguignon, een Franse stoof / Boeuf Bourguignon, a French stew

How to make Boeuf Bourguignon

Fry the diced beef in half oil / half butter.

Scoop the beef when brown from the pan and put it aside.

Chop the onion fine and peel the shallots.

Brush the mushrooms clean, cut the big ones in four, leave the small ones whole.

Wash the celery, dab it dry with kitchen paper and cut it in thin strips.

Peel the carrot and cut it into small strips as well.

Wash the parsley in ice-cold water and let it drain well.

Cut the parsley very fine with kitchen scissors.

Fry the shallots until brown all around and take them from the pan.

Fry onions, celery and carrot until they're soft and add the pressed garlic.

Add 2 tablespoons flour and stir it in the vegetables.

Add the wine in small amounts and stir it through the vegetables.

Pour in the beef stock with the vegetables and stir it in too.

Bring the vegetables to the boil. Add the beef and the bay leaf.

Leave the stew to gently simmer for 3 hours with the lid on and stir occasionally.

There are 3 ingredients left:

When the beef is almost cooked quickly fry the mushrooms.

Add the mushrooms and the shallots to the stew, remove the bay leaf.

Serve the stew in a big bowl and sprinkle the parsley over it. (oops, forgotten!)

Eat the stew just like the French with boiled potatoes and lots of red wine, delicious!