



**70 YEARS**  
*of*  
**CRAFTSMANSHIP**



## **RECEPT BOEUF BOURGUIGNON**



## Recept Boeuf Bourguignon

*Een Franse runder stoofschotel bomvol smaak! Door een langzame garing (stoven) inclusief de toevoeging van rode wijn heb je super mals vlees. Voor nog minder stress in de keuken en nog betere smaak kun je dit recept prima een dag van te voren bereiden.*

### Tips

Voor welke bereiding je ook kiest; haal het vlees ongeveer één uur voor het bakken uit de koelkast en laat het op kamertemperatuur (20 graden) komen. Gebruik een kookthermometer voor de beste kerntemperatuur. Dit zijn de verschillende garingen voor rundvlees:

• 50-52 graden Celsius: rare/saignant • 55-58 graden Celsius: medium rare • 60-63 graden Celsius: medium • 65-67 graden Celsius: medium done • 70 graden Celsius en hoger: bien cuit

*Ga voor meer bereiding tips naar de 'tips voor thuis' webpagina op onze website.*

### Wat heb je nodig?

• 100 gram spekjes • 75 gram boter • 2 eetlepels bloem • 1000gram rundvlees blokjes (stoofvlees) • 2 stengels bleekselderij • 1 grote ui • 2 wortels • 2 teentjes knoflook • 2 eetlepel tomatenpuree • +/- 500 milliliter rode wijn • 2 laurierbladeren • takje verse tijm • takje verse rozemarijn • 100 gr zilveruitjes • 250 gr champignons • peper • zout • (olijf)olie

### Hoe bereid je dit gerecht?

*Bereidingstijd, 3 uur*

Stap 1: Doe de bloem bij het vlees en bestrooi met peper en zout. Meng dit even goed door en zet opzij. Snipper vervolgens je ui. Schrap je winterpeen en snijdt dit samen met de bleekselderij in stukjes.

Stap 2: Verwarm een klein beetje (olijf)olie in de braadpan en bak hierin de spek uit. Haal deze daarna uit de pan en zet apart. Doe de boter bij het vet van de spek en braad hierna de rundvlees blokjes goed aan in de pan. Zorg dat er een mooie bruine laag omheen zit. Zet het vlees opzij als het goed is aangebakken.

Stap 3: Nu is het tijd voor de groenten. Doe de ui, wortel en bleekselderij in de pan en fruit voor 5 minuutjes totdat deze zacht worden. Doe vervolgens de tomatenpuree en knoflook erbij en bak mee voor een paar minuten. Blus de pan nu af met de helft van de rode wijn. Zorg dat je het aanbaksel aan de onderkant van de pan goed losmaakt. Als dit allemaal goed los is kan het vlees samen met de rest van de wijn, spekjes, laurierbladeren, tijm en rozemarijn erbij (bind de laurier, tijm en rozemarijn in een bundel bij elkaar zodat je deze later makkelijk terug kunt vinden).

Stap 4: Zet de pan nu op het laagste pitje en laat de runder-stoof rustig sudderen voor 2 tot 3 uur met de deksel erop. Roer elk half uur eventjes door de pan en haal je pollepel goed over de bodem.

Stap 5: Bak een half uur voor tijd de champignons even aan in een koekenpan en voeg deze samen met de zilveruitjes toe. Laat nog 15 minuten mee sudderen en je kan het gerecht uitserveren.

*Vind je de boeuf bourguignon een beetje te dun? Doe dan het laatste half uur de deksel van de pan of voeg een lepel bloem toe! Vind je hem te dik, dan kan er altijd nog een 'slokje' wijn of water bij.*

Deze bereiding is een suggestie, experimenteer en ontdek zelf wat je het lekkerste vindt. Deel via Instagram [#goedegebuurbeef](#) wat je ervan gebakken hebt.

Eet smakelijk!  
Michiel Goedegebuur

