



Indisch stoofvlees

2 PERSONEN

 85 minuten

DIT HEB JE NODIG

-  350 g magere hamlappen (in dobbelstenen)
-  2 el zonnebloem- of arachideolie
-  1½ ui (in grove stukken)
-  2 teentjes knoflook (gehakt)
-  1½ cm verse gember (geraspt)
-  ½ rode peper (gehakt, zonder zaadjes)
-  1 blikje tomatenpuree (35 g)
-  3 el ketjap manis
-  400 ml vleesbouillon van tablet
-  allesbinder of maïzena (optioneel)

MATERIAAL: ovenschaal met deksel

ZO MAAK JE HET

1. Verwarm de oven voor op 220°C.
2. Bestrooi het vlees met zout en peper.
3. Verhit de olie in een braadpan en bak de vleesblokjes lichtbruin.
4. Roerbak de ui, knoflook, gember en peper 3 minuten mee.
5. Schep de tomatenpuree erdoor en bak nog 1 minuut.
6. Giet de ketjap en bouillon erbij en laat alles aan de kook komen.
7. Het vlees moet onder staan.
8. Doe alles over in een ovenschaal met deksel en zet deze in de oven
9. Verlaag de oventemperatuur na een half uur tot 160°C en stoof minimaal 1 uur.
10. Bind de saus eventueel vóór het serveren met allesbinder of maïzena.

TIP: Lekker met rijst en sperziebonen of broccoli.

BRON: boodschappen.nl

