



Mediterrane rundvleesragout met polenta

2 PERSONEN

🕒 40 + 180 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍴 500 g ribbrunderlap
- 🍴 2 rode uien
- 🍴 2 tenen knoflook
- 🍴 40 g ongezouten roomboter
- 🍴 1½ takje rozemarijn
- 🍴 2 aubergines
- 🍴 1 el tomatenpuree
- 🍴 400 g gepelde tomaten in blik
- 🍴 175 ml Madeira cream sherry
- 🍴 1½ el rode wijnazijn
- 🍴 125 ml verse slagroom
- 🍴 500 ml kippenbouillon van tablet
- 🍴 75 g Manchego kaas
- 🍴 125 g polenta maisgries

MATERIAAL: braadpan

ZO MAAK JE HET:

1. Snijd het vlees in stukken van 3 x 3 cm en bestrooi met peper en eventueel zout.
2. Snijd de uien in halve ringen en snijd de knoflook fijn.
3. Verhit 10 g boter in een braadpan en braad het vlees in 8 minuten in delen rondom bruin.
4. Neem uit de pan en laat het bakvet zitten.
5. Ris de naaldjes van de takjes rozemarijn en snijd fijn.
6. Fruit de ui 5 minuten op laag vuur in het achtergebleven bakvet.
7. Snijd ondertussen de aubergine in stukken van 2 cm.
8. Voeg met de knoflook en rozemarijn toe, bestrooi met peper en zout, bak 4 minuten.
9. Schep regelmatig om.
10. Voeg het vlees, de tomatenpuree, gepelde tomaten, Madeira en azijn toe, roer goed door en breng aan de kook.
11. Doe de deksel op de pan, draai het vuur laag en laat op laag vuur 3 uur stoven.
12. Roer af en toe.
13. Breng de slagroom met de kippenbouillon aan de kook en voeg al roerend de polenta toe.
14. Laat al roerend 3 minuten zachtjes koken.
15. Rasp de Manchego.
16. Neem de pan van het vuur en roer de helft van de Manchego en 25 g boter erdoor.
17. Serveer de ragout met de polenta en bestrooi met de rest van de Manchego.

TIP: Je kunt de ragout 3 dagen van tevoren maken. Laat afkoelen tot kamertemperatuur en bewaar afgedekt in de koelkast. Warm op laag vuur op.

TIP: Lekker met een salade van rucola, tomaat (bijv. coeur de boeuf), olijfolie, citroensap, burrata (kaas) en peper.

BRON: ah.nl

