

Griekse stifado met kalfs- of lamsvlees

6 personen

Ingrediënten

- **1 kg** mager kalfs- of lamsvlees
- **1 kg** kleine sjalotten
- **100 ml** olijfolie
- **2 el** tomatenpuree
- **500 g** rijpe rode tomaten
- **1 glas** rode wijn
- **3** laurierblaadjes
- **¼ bosje** peterselie, fijngesneden
- **2 el** suiker
- **¼ el** kaneelpoeder
- Zout en peper

Werkwijze

1. Snijd het vlees in blokjes van ongeveer 3 cm. Pel de sjalotten en laat ze heel.
2. Kruis de tomaten in. Dompel ze ongeveer 30 seconden in kokend water en koel ze direct in koud water. Ontvel ze, snijd ze in partjes en verwijder de zaadjes.
3. Verhit de olijfolie in een stoofpan en bak het vlees op hoog vuur rondom bruin. Voeg de sjalotten toe. Bak de tomatenpuree kort mee en voeg de verse tomaten toe.
4. Voeg de suiker, laurier, kaneel en peterselie toe en breng op smaak met zout en peper. Laat ongeveer 1 uur zachtjes stoven, tot het vlees mals is.
5. Voeg de rode wijn toe en laat nog 5 minuten zachtjes koken. Proef, breng zo nodig op smaak en verwijder de laurierblaadjes. Serveer met geroosterde aardappels, friet of rijst.

MATERIAAL

Stoofpan en een pan om de tomaten te blancheren.