

# Vlaams Stoofvlees uit Slowcooker



## Ingredients

- 1 kg runderstoofvlees in blokjes van 3 cm gesneden
- 30 ml olijfolie
- 250 gram uien, in vier en dan in hele dunne ringen gesneden
- 2 eetlepels boter
- 2 eetlepels bloem
- 25 cl bier bvb Sint Bernardus Abt
- 10 cl kippenbouillon
- 1 eetlepel suiker bij voorkeur bruine
- 1 eetlepel balsamico azijn
- 1 eetlepel mosterd
- zout
- peper
- maizena eventueel, om te binden

## Method

1. Doe de olie in een grote koekenpan en bruin het vlees aan. Breng op smaak met zout en peper. Doe dit eventueel in verschillende keren.
2. Breng het vlees over naar de slow cooker.

3. Bak in dezelfde koekenpan de uien in de boter tot de uien bruin zien. Breng op smaak met zout en peper. Bestrooi met de bloem en meng goed door elkaar.
4. Voeg het bier toe en breng aan de kook terwijl u roert. Breng over in de slow cooker en voeg de overige ingrediënten toe. Goed mengen.
5. Dek af en kook op Laag gedurende 6 uur. Het kan daarna nog tot 8 uur op de warmhoudenstand staan.
6. Pas de kruiding aan. Indien de saus niet genoeg gebonden is kun je op het einde wat saus in een tas doen, daar wat Maizena aan toevoegen en goed roeren tot alle Maizena opgelost is. Dit mengsel dan in de slowcooker gieten, goed doormengen en nog even laten meekoken.

## Notes

- [Source](#)
- 

Revision #1

Created 2023-02-25 16:52:17 UTC by Timothy

Updated 2023-02-25 16:56:45 UTC by Timothy