

SNELLE BOEUF BOURGIGNON

Fast boeuf bourgignonn

Door / By: Elke Minnaert





INGREDIËNTEN

Voor 2 personen:

- 500g bloemige aardappelen
- 2 sjalotten
- 2 wortelen
- 125g champignons
- 300g rosbeef
- ½ runderbouillonblokje
- 10g bladpeterselie
- 1 laurierblad
- 2 takjes tijm
- 3 el boter
- 2 el bloem
- 3 el melk
- 125 ml rode wijn
- 1 klontje suiker
- snufje nootmuskaat
- peper en zout

BEREIDING

1. Schil de aardappelen en snij ze in gelijke stukjes. Kook gaar in 20 minuten in gezouten water.
2. Verwijder de pel van de sjalotten en snij elke sjalot in de lengte in 4 (tip: laat een stukje van de wortel zitten). Schil de wortelen en snij in plakjes. Snij de champignons in plakjes. Snij de rosbeef in blokjes van 2 cm. Breng per persoon 150 milliliter water aan de kook en los er de runderbouillon in op. Snij de stengels van de bladpeterselie, hou de rest apart voor de afwerking. Bind de laurier, tijm en peterseliestengels samen met keukentouw tot een kruidentuiltje.
3. Verhit 1/3de van de boter in een stoofpot en voeg de blokjes rosbeef toe. Kruid met peper en zout. Bak ze rondom bruin op hoog vuur. Schep uit de stoofpot en bewaar onder aluminiumfolie.
4. Smelt nogmaals 1/3de van de boter in dezelfde stoofpot en voeg de sjalot, wortel en champignons toe. Laat 5 minuten stoven op matig vuur. Bestrooi met de bloem. Roer om en voeg dan de rode wijn en de runderbouillon toe. Voeg het kruidentuiltje en de suiker toe. Breng aan de kook en laat 15 minuten pruttelen. Hak ondertussen de rest van de peterselie fijn.
5. Giet de aardappelen af en stamp ze fijn. Voeg de rest van de boter, de melk, peper, zout en nootmuskaat toe. Meng goed.
6. Voeg de blokjes rosbeef terug toe en laat nog 2 minuten doorwarmen. Kruid bij met peper en zout. Vis het kruidentuiltje uit de saus.
7. Serveer de boeuf Bourgingon met de aardappelpuree. Werk af met fijngehakte peterselie.



INGREDIENTS

For 2 persons:

- 500g floury potatoes
- 2 shallots
- 2 carrots
- 125g mushrooms
- 300g roast beef
- ½ beef stock cube
- 10g flat-leaf parsley
- 1 bay leaf
- 2 sprigs of thyme
- 3 tbsp butter
- 2 tbsp flour
- 3 tbsp milk
- 125 ml of red wine
- 1 lump of sugar
- pinch of nutmeg
- pepper and salt

PREPARATION

1. Peel the potatoes and cut them into equal pieces. Boil in salted water for 20 minutes.
2. Remove the skin from the shallots and cut each shallot lengthwise into 4 (tip: leave a piece of the carrot in place). Peel the carrots and cut into slices. Cut the mushrooms into slices. Cut the roast beef into 2 cm cubes. Bring 150 milliliters of water to the boil per person and dissolve the beef stock in it. Cut the stems of the flat-leaf parsley, keep the rest aside for finishing. Tie the bay leaf, thyme and parsley stems together with kitchen twine into a bouquet garni.
3. Heat 1/3 of the butter in a stew and add the cubes of roast beef. Season with salt and pepper. Fry them brown all over on high heat. Spoon out of the stew and store under aluminum foil.
4. Melt another 1/3 of the butter in the same stew and add the shallot, carrot and mushrooms. Let simmer for 5 minutes on medium heat. Sprinkle with the flour. Stir and then add the red wine and beef stock. Add the bouquet garni and sugar. Bring to the boil and simmer for 15 minutes. Meanwhile, finely chop the rest of the parsley.
5. Drain and mash the potatoes. Add the rest of the butter, milk, pepper, salt and nutmeg. Mix well.
6. Add the cubes of roast beef back and let it heat for another 2 minutes. Season with salt and pepper. Fish the bouquet garni from the sauce.
7. Serve the boeuf Bourguignon with the mashed potatoes. Finish with finely chopped parsley.