

Pulled Beef

Geen afbeelding beschikbaar

Bereidingstijd: 240 min **Personen:** 4 **Categorie:** Rundvlees **Gerecht type:** Stoofschotel

Per portie: nnb

Ingrediënten

- 400 gr runderribblappen of sukadelappen
- 750 ml water
- 1 - vleesbouillonblokje
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- paprikapoeder
- komijn
- basterdsuiker
- ½ tl chilipoeder
- 2 el ketchup

Bereiding

1. Snijd het vlees in blokjes en breng op smaak met de kruiden. Snipper de ui en de knoflook. Giet een scheut olie in de pan en bak het vlees rondom bruin. Voeg ook de ui en de knoflook toe en bak dit een paar minuten mee. Zet het deksel op de pan en zet de warmtebron zo laag mogelijk. Laat het vlees circa 3-4 zacht pruttelen
2. Giet het vlees door een zeef en vang het vocht op. Trek met twee vorken het vlees uit elkaar. Giet het vocht terug in de pan, voeg 2 eetlepels ketchup toe en laat het geheel inkoken tot er een dikke saus ontstaat. Meng het vlees door de saus.