

Recept voor Limburgs stoofvlees

Recept voor Limburgs stoofvlees (rund): mals, smaakvol en traditioneel

Stoofvlees is een echt klassiek gerecht dat in heel Nederland en België geliefd is. Vooral in Limburg staat **stoofvlees van rund** hoog aangeschreven, vaak geserveerd met friet, aardappelpuree of brood. Het geheim van dit gerecht? Tijd en geduld. Het rundvlees wordt langzaam gestoofd in bier of bouillon, samen met uien en specerijen, tot het heerlijk mals is en uit elkaar valt.

In dit artikel vind je een compleet **recept voor stoofvlees van rund**, inclusief tips voor variaties en de perfecte bereiding.

Ingrediënten voor stoofvlees (4 personen)

- 1 kg runderstoofvlees (bijvoorbeeld riblappen of sukadelappen)
- 3 grote uien (in halve ringen)
- 3 eetlepels roomboter of braadboter
- 2 eetlepels bloem
- 2 laurierblaadjes
- 3 kruidnagels
- 2 eetlepels azijn of mosterd
- 1 flesje donker bier (bijv. Belgisch abdijbier of Limburgs bier)
- 200 ml runderbouillon
- 2 eetlepels appelstroop (voor de zachte, zoete smaak)
- Zout en peper naar smaak

Bereiding van stoofvlees

1. **Snijd het vlees** in blokken van ongeveer 3-4 cm. Bestrooi met zout, peper en wat bloem.
2. **Verhit boter** in een grote stoofpan en bak het vlees rondom bruin. Haal het vlees uit de pan en zet apart.
3. **Bak de uien** in dezelfde pan langzaam goudbruin. Dit geeft een diepe,

zoete smaak aan de saus.

4. **Voeg het vlees terug** in de pan en roer de azijn of mosterd erdoor.
5. **Schenk het bier en bouillon erbij** tot het vlees net onderstaat. Voeg laurier, kruidnagels en appelstroop toe.
6. **Breng aan de kook** en zet daarna op laag vuur. Laat het stoofvlees minimaal 2,5 tot 3 uur zachtjes sudderen met de deksel schuin op de pan.
7. **Controleer regelmatig** of er nog genoeg vocht is. Voeg zo nodig wat extra bouillon toe.
8. **Proef en breng op smaak** met extra zout, peper of appelstroop.

Het resultaat: mals stoofvlees in een rijke, lichtzoete saus die perfect combineert met friet of aardappelpuree.

Tips voor de lekkerste stoofvlees

- **Kies het juiste vlees:** sukade, riblappen of runderwangen zijn ideaal omdat ze veel smaak en structuur hebben.
- **Gebruik donker bier:** abdijbier of een Limburgse dubbel geeft een diepe smaak. Liever geen alcohol? Gebruik alleen bouillon.
- **Maak een dag van tevoren:** stoofvlees smaakt vaak nóg beter als de smaken een nacht hebben kunnen intrekken.
- **Varieer met specerijen:** voeg een snufje kaneel of kruidnagel toe voor een warmere smaak.

Variaties op stoofvlees

- **Stoofvlees met ontbijtkoek:** voeg een paar plakjes ontbijtkoek toe voor een gebonden saus en extra kruidige smaak.
- **Stoofvlees zonder bier:** vervang het bier door appelcider of extra bouillon.
- **Stoofvlees met wijn:** gebruik rode wijn in plaats van bier voor een Frans tintje.
- **Stoofvlees met groenten:** voeg wortel of bleekselderij toe voor een vollere maaltijd.

Hoe serveer je stoofvlees?

Stoofvlees is veelzijdig en kan op verschillende manieren worden geserveerd:

- **Met friet:** de Limburgse klassieker, stoofvlees met Vlaamse frieten en mayonaise.
- **Met aardappelpuree:** zacht en romig, perfect bij de rijke saus.
- **Met rijst of pasta:** een verrassende, maar heerlijke combinatie.
- **Met brood:** ideaal voor het opscheppen van de saus.

Stoofvlees: comfortfood pur sang

Of je nu kiest voor de klassieke versie met bier, een variant met ontbijtkoek of een alcoholvrije bereiding: stoofvlees blijft hét ultieme comfortfood. Het kost misschien wat tijd om te maken, maar je wordt beloond met een gerecht dat rijk is aan smaak, traditie en gezelligheid.