

# Carbonnade à la Flamande



## Hoofdgerecht

Vlees

**6 personen**

**Land:** België

**Bereidingstijd:** Voorbereiding: 30 minuten Bereiding: 4 uur

**Seizoen:** hele jaar door



## Ingrediënten

- 100 gram vetspek (niet gerookt) in blokjes
- 2 el roomboter
- 1 kg doorregen runderlappen in flinke brokken
- 4 uien gesnipperd
- 1 teentje knoflook uitgeperst
- 1 el bloem
- 2 flesjes bruin bier (Abdijbier of Trappist)
- 2 laurierblaadjes
- 4 takjes tijm
- 2 kruidnagels

- 2 bruine boterhammen
- 2 el mosterd naar smaak
- 1 tl azijn

## Bereidingswijze

1. Smelt het spek langzaam in de olie uit in een grote koekenpan. Haal de spekjes als ze geen vet meer afgeven eruit.
2. Braad dan het vlees steeds in slechts 1 laag daarin in porties aan tot ze bruin zijn. Haal het vlees uit de pan.
3. Giet het bier in dezelfde koekenpan en laat uitbruisen. Zet vuur uit.
4. Smelt de boter in een grote braadpan. En bak de ui en knoflook in de pan in 10 minuten goudgeel. Voeg dan het vlees toe met eventueel uitgelopen vocht toe.
5. Zet de vlam laag en voeg de bloem toe en bak 5 minuten aan.
6. Giet het warme bier toe en laat op het vuur het vocht enigszins indikken.
7. Doe de laurier, kruidnagels en tijm ertussen in en breng op smaak met zout en peper.
8. Doe het deksel op de pan en laat ongeveer 4 uur pruttelen op een petroleumstel of een héél laag pitje.
9. Voeg een uur voor het einde de bruine boterham besmeerd met de mosterd en de azijn toe. Die dikt de saus in.

## Tenslotte

Kuifje houdt al jaren generaties in de ban met zijn magische zoektochten naar raketten, schatten, eenhoorns en blauwe lotussen. Zijn bedenker daarentegen ging in zijn vrije tijd liever op zoek naar lekker eten: Hergé verzamelde "sterren". Rivierkreeftjes in Villa Lorraine in het Brusselse Terkamerenbos, en 'Truffes à la croque au sel' in de Comme Chez Soi waren twee van zijn favorieten. Maar thuis at hij het liefst wat zijn vrouw Fanny voor hem klaarmaakte: 'plats mijotés' (stoofpotjes) en dan vooral de echte Carbonnades à la Flamande. Aardig om te zien hoe recepten op reis gaan. Carbonnade is een gerecht uit Vlaanderen en Noord-Frankrijk. Alan Davidson schrijft in zijn Oxford Companion to Food dat het woord te herleiden is tot het Latijnse carbo, dat houtskool betekent. Dat vond zijn weg naar verschillende talen. Spaghetti alla carbonara is 'op de wijze van de houtskoolbrander'. In het Oud-Frans stond charbonnade, later carbonnade, voor een biefstuk: hard gebakken maar niet van binnen gaar. Gaandeweg verschoof de betekenis naar vlees dat eerst gebakken of aangebraden was en daarna gestoofd. De mooiste stoofpot maak je op het klassieke petroleumstel, maar ja, die heeft bijna niemand meer. Dus moeten we terugvallen op andere methoden. Misschien heb je elektrische platen die heel laag kunnen. Grote wokpitten kun je soms zo laten branden dat alleen het piepkleine middenpitje nog aanstaat. Dat werkt goed. En anders zet je de pan in de oven, op 70 graden. Wat daar weer tegen pleit, is dat je ovens wel kunt instellen op een temperatuur, maar ze die vaak niet correct uitvoeren. Als je een Slowcooker bezit kun je die het beste gebruiken voor het stoven (niet het braden) Toch maar twee sudderplaten op je kleine pit dan? Aangezien je niet precies weet hoe lang het allemaal gaat duren, kun je het beter een dag tevoren maken.