



Boodschappenlijst

Daube provençale (Franse rundstoof met rode wijn)

Voor 4 porties

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 800 gr rundvlees voor stoofpot, in grote blokken | <input type="checkbox"/> 100 gr zwarte olijven zonder pit |
| <input type="checkbox"/> 150 gr gerookt spek, in blokjes | <input type="checkbox"/> 1 reep sinaasappelschil (onbespoten) |
| <input type="checkbox"/> 2 uien, grof gesneden | <input type="checkbox"/> 2 laurierblaadjes |
| <input type="checkbox"/> 2 wortelen, in stukken | <input type="checkbox"/> 2 takjes tijm |
| <input type="checkbox"/> 3 teentjes look, geplet | <input type="checkbox"/> 2 el bloem |
| <input type="checkbox"/> 500 ml stevige rode wijn | <input type="checkbox"/> 3 el olijfolie |
| <input type="checkbox"/> 400 gr tomatenblokjes (uit blik) | <input type="checkbox"/> zout en peper naar smaak |