



Boston baked beans

Traag gegaarde witte bonen in een zoet-hartige saus van melasse, mosterd en gerookt spek. Een klassiek Amerikaans bijgerecht dat perfect past bij barbecue en geroosterd vlees.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	150'	6	Bijgerecht

Ingrediënten

500 gr gedroogde witte bonen, een nacht geweekt
150 gr gerookt spek in blokjes
1 ui, fijngesnipperd
4 el melasse of donkere stroop
2 el bruine suiker
2 el tomatenpuree
1 el mosterd
1 el appelciderazijn

1 kl gerookt paprikapoeder
700 ml water of bouillon
zout en peper

Bereidingswijze

1. Giet de geweekte bonen af en spoel ze onder koud stromend water. Doe ze in een ruime kookpot, dek ze ruim onder met vers water en breng aan de kook. Kook de bonen op middelhoog vuur gedurende 30 minuten tot ze bijna gaar maar nog stevig zijn. Giet de bonen af en bewaar 200 ml kookvocht apart.
2. Verwarm de oven voor op 150 graden.
3. Verhit een ovenvaste pot of gietijzeren pan op middelhoog vuur. Bak de spekblokjes uit tot ze licht krokant zijn en wat vet loslaten. Voeg de fijngesnipperde ui toe en fruit deze in het spekvet gedurende 3 tot 4 minuten tot hij glazig is.
4. Roer de melasse, de bruine suiker, de tomatenpuree, de mosterd, de appelciderazijn en het gerookt paprikapoeder door het spek-uimengsel.
5. Voeg de voorgekookte bonen toe en giet de bouillon of het water erbij tot de bonen net onderstaan. Voeg indien nodig wat van het bewaarde kookvocht toe. Breng zachtjes aan de kook.
6. Dek de pot af met een goed sluitend deksel en zet hem 2 uur in de voorverwarmde oven. Roer de bonen tussendoor een- of tweemaal om.
7. Verwijder het deksel het laatste half uur zodat de saus mooi indikt en licht karameliseert.
8. Proef en breng op smaak met zout en peper. Dien de bonen warm op.

Tip

Gebruik je een gietijzeren pot, dan verdeelt de warmte gelijkmatiger en karameliseert de saus mooier. Let er op dat de bonen tijdens het garen altijd net onder het vocht staan: voeg indien nodig een scheutje extra bouillon of kookvocht toe.

Lekker met

Geroosterd varkensvlees, pulled pork, barbecueribbetjes of gekookte worstjes.

Dranktip

Een stevige Amerikaanse amber ale of een glas licht gekoeld appelsap past mooi bij de zoet-rokerige smaken van dit gerecht.

Ontdek meer recepten op kookpot.be