



Lamsstoof met abrikozen en amandelen

Een zoet-hartige stoofpot van mals lamsvlees met gedroogde abrikozen, honing en warme kruiden. Langzaam gegaard tot het vlees uit elkaar valt.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
25'	120'	6	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 1 kg lamsschouder, in blokken
- 2 uien, gesnipperd
- 3 teentjes knoflook, fijngehakt
- 1 stukje verse gember, geraspt
- 1 tl kaneelpoeder
- 1 tl komijnpoeder

1 tl gemberpoeder
0,5 tl kurkuma
1 snuf saffraandraadjes
200 gr gedroogde abrikozen
2 eetlepel honing
600 ml bouillon
3 eetlepel olijfolie
60 gr geblancheerde amandelen
2 eetlepel sesamzaad
zout en peper
verse koriander

Bereidingswijze

- 1.** Verhit de olijfolie in een zware pot en bak de lamsblokjes in porties rondom bruin. Haal ze uit de pot.
- 2.** Fruit in dezelfde pot de uien zacht, voeg dan de knoflook en gember toe en bak nog een minuut.
- 3.** Roer de kaneel, komijn, gemberpoeder, kurkuma en saffraan erdoor en bak kort tot het geurt.
- 4.** Doe het vlees terug in de pot, giet de bouillon erbij en breng aan de kook. Kruid met zout en peper.
- 5.** Zet het vuur laag, dek af en laat 90 minuten zachtjes stoven tot het vlees mals wordt.
- 6.** Voeg de gedroogde abrikozen en de honing toe en laat nog 30 minuten sudderen tot de saus wat indikt.
- 7.** Rooster ondertussen de amandelen goudbruin in een droge pan.
- 8.** Proef en breng eventueel bij met zout, peper of extra honing.
- 9.** Bestrooi de stoof met de geroosterde amandelen, sesamzaad en grofgehakte koriander en serveer met couscous.