



## Gestoofd sukadelapje met bloemkool

5 personen  
4 uur

### Ingrediënten

Runder sukadelappen  
Vleesjus  
Bloemkool  
Verse bieslook  
Roomsaus bij groenten  
Vastkokende aardappelen  
Azijn  
Melk  
Roomboter

- \* Leg de ingrediënten van het menu klaar, weeg desgewenst af.
- \* Bestrooi de sukadelappen met peper, zout en nootmuskaat.
- \* Verhit vloeibare margarine in een braadpan en braad de runderlappen aan beide zijden bruin. Tip! Voeg gesneden ui, tomaat, laurierblad toe aan de runderlappen en bak even mee voor extra smaak. Blus af met een scheutje azijn en lauwwarm water totdat het vlees volledig bedekt is. Stof het vlees op laag vuur (eventueel met vlamverdeler) met een deksel op de pan. Maak de runderlappen 4 tot 4,5 uur op lage temperatuur gaar.
- \* Schil de aardappelen en snijd deze in gelijke stukken. Kook de stukjes aardappel in water met evt. zout in 20 minuten gaar en giet ze daarna af. Laat de aardappelen in de kookpan op de kleinste pit op laag vuur in 2 minuten droog koken. Hoe minder vocht in de aardappelen, hoe luchtiger de puree.
- \* Verwarm ondertussen de melk in een steelpan op laag vuur, maar laat niet koken. Stamp de aardappelen fijn met een pureestamper of pureeknijper, voeg de warme melk en roomboter toe. Roer luchtig door met een garde, tot de boter helemaal gesmolten is. Breng op smaak met nootmuskaat peper en zout.
- \* Voeg op het laatste moment de bieslook (ca. 1 eetlepel per persoon) door de luchtige puree.
- \* Snijd de bloemkool in kleine roosjes en was onder stromend water de bloemkool schoon. Breng een pan water aan de kook en kook de bloemkool in ca. 7-10 minuten gaar. Giet de roosjes af en houd op een laag vuur de pan warm. Roer met een garde de inhoud van het zakje 'poedersaus room' met het koude water en de koude melk in een pan. Breng dit al roerend aan de kook. Laat de saus nog enkele minuten doorkoken en giet naar smaak over de bloemkool.
- \* Bereid de vleesjus zoals op de verpakking staat aangegeven.

*Smakelijk!*