

Oosterse stoofpot met varkensvlees [in de slowcooker]

Nodig:

*500 gram varkensstoofvlees
2 uien (of 5 sjalotten)
1 blik tomaten (blokjes)
1 klein blik tomatenpuree
1 glas witte wijn
1/2 glas rijstazijn (zoals voor sushi)
1/2 koffielepel kaneel
1/2 koffielepel gemalen anijs
1/2 koffielepel gemalen Sechuan peper
1/2 koffielepel gemalen venkelzaad
3 teentjes knoflook
een stuk verse gember (fijn geraspt)
enkele laurierblaadjes
2 eetlepels lichte sojasaus
enkele eetlepels tarwebloem
zout
boter*

Bereiding

Snijd het vlees in niet te kleine blokjes.

Neem een plastic zak en breng het vlees hierin samen met de bloem en schud goed.

Bak het vlees aan in een braadpan met boter en wat olie.

Voeg dan de kruiden en de knoflook toe en roer alles door elkaar.

Giet de wijn en de azijn erbij en laat even doorkoken.

Giet dit nu in de slowcooker.

Voeg hier nog de tomaten en de tomatenpuree toe.

Doe er nog water bij tot het vlees onderstaat.

Roer alles goed door elkaar.

Pel de uien of sjalotten, snij in grote stukken en leg die bovenop het vlees.

Zet de slowcooker op LOW en laat 5 tot 7 uur stoven.

Deze stoofpot is lekker met rijst en een slaatje (rucola, sla, tomaat,...).

Hierbij passen ook zuurzoete groenten: snijd enkele uren vooraf fijne schijfjes komkommer, radijs, rammenas, rode biet,... en laat die marinieren in een mengsel van azijn, suiker en zout.

Opmerking: je kan dit gerecht ook in de oven maken bij 160° gedurende 2-3 uur.