Belgisk köttgryta - Carbonnades Flamandes

Av: Köket.se

12 ingredienser



Foto: TV4

Denna klassiska köttgryta från Belgien har sitt ursprung i Flandern. Eftersom öltraditionen är gammal i landet och ölsorterna oräkneliga innehåller denna mustiga gryta just öl. Grytan reds med brödsmulor, i stället för mjöl, till önskad konsistens.

Ingredienser

6 portioner

50 g smör
200 g gul lök
1,25 kg grytbitar av nöt
2 msk vetemjöl
4 dl ljus öl

1 msk farinsocker
2 tsk salt
1 msk vinäger
1 lagerblad
0,5 tsk torkad timjan
2 tsk dijonsenap
1 dl brödsmulor, halvtorrt smulat

Gör så här

Skala och hacka löken. Hetta upp fettet i en gryta och mjukstek löken tills den är ljust brun. Höj värmen och tillsätt köttet.

Strö över mjölet och späd med ölet. Tillsätt farinsocker, salt, vinäger, lagerblad och timjan. Sjud grytan i ca 1 1/2 timme eller tills köttet är mört.

Tillsätt senapen. Rör ner brödsmulorna, lite i taget, till önskad konsistens. Blir grytan för tjock späs den med mer öl. Servera potatis och grönsaker till.