

Draadjsvlees voor An(n)a

Ingrediënten

800 gr magere runderlappen
gemalen zeezout en vers gemalen peper
2 teentjes knoflook
100 gr bakboter
1 grote rode paprika
500 gr ananasstukjes
140 gr tomatenpuree
1 eetlepel bruine basterd suiker
1 eetlepel azijn

Bereidingswijze

Van 100 gram ananassap persen/pureren.
De rest van de ananas zonodig in blokjes snijden.
De paprika schoonmaken en in dunne repen snijden.
De runderlappen in grote dobbelstenen snijden.
Wrijf het vlees in met zout en peper en de uitgeperste knoflook.
Doe de boter in de pan en laat deze heet worden.
Bak het vlees, in een aantal porties , snel aan alle kanten bruin.
Dan op een rustig vuurtje de ringen paprika en 250 gram ananas even mee laten bakken.
Hierna de tomatenpuree, het ananassap/prut, de suiker, de azijn toevoegen.
Eventueel wat water toevoegen.
Dan de deksel op de pan en het vlees in ongeveer 2 uur lekker gaar laten pruttelen.
Af en toe even kijken, roeren en zonodig wat water erbij doen.
Kort voor het opdienen de rest (250 gram) van de ananas toevoegen.