



HERTENSCHOTEL MET FRUIT EN GROENTE

R E C E P T

Ingrediënten

1200 gram schouder vlees
300 gram hertenpoulet/hertenbotten voor de bouillon
2 preien
2 wortelen
2 stoofappels
1 pompelmoes of het sap van 2 pompelmoezen (pompelmoes=grapefruit)
3/4 bruine hertenbouillon
2 el verse tuinkruiden (bieslook, marjolein en tijm)
4 el olijfolie
peper en zout

Bereidingswijze

Was en snijd de groenten in grote stukken.
Schil de pompelmoes, verwijder de velletjes en de pitten.
Pers de twee pompelmoezen uit en bewaar het sap in een glas.
Snijd het vlees in blokjes.
Neem een grote stoofpot en verhit de olie.
Bak het vlees mooi bruin.
Haal het vlees uit de stoofpot en houd het warm.
Bak de groenten in de stoofpot, voeg het vlees erbij en ovegiet het met de warme bouillon.
Laat alles garen onder gesloten deksel.
Voeg op het einde van de stooftijd de partjes van de pompelmoes,
het pompelmoessap en de stukjes geschilde appels erbij.
Laat nog enige tijd sudderen onder open deksel en zorg dat de appeltjes niet tot moes stoven.
Voeg de tuinkruiden erbij en roer voorzichtig om. Kruiden met peper en zout.
Dien op met gekookte aardappelen of rijst.

Aantal personen: 6