

Lamsstoofpot met abrikozen en courgettes

Benodigdheden (8 personen)

- 1,5 kg lamsvlees
 - 4 spl lamsvleeskruiden
 - 2 grote ajuinen
 - 4 teentjes look
 - 2 glazen witte wijn
 - 2 kaneelstokjes
 - 250 gr gedroogde abrikozen
 - 2 courgettes
 - pijnboompitten
 - gehakte peterselie •
- olijfolie

Bereidingswijze

- pijnboompitten roosteren in een droge koekenpan
- lamsvlees in kleine blokjes snijden en de kruiden eronder mengen, even laten trekken
- ajuin fijn hakken, look fijnsnipperen
- courgettes in blokjes van ongeveer 3 cm snijden
- abrikozen in vier snijden
- vlees aanbraden in een kookpot, kruiden met zout en peper
- ajuin en look enkele minuten meebakken
- schenk de wijn erbij, aanvullen met water, kaneelstokje toevoegen
- het vlees laten sudderen (ongeveer 45 min.)
- de laatste 20 minuten de abrikozen toevoegen en even later de courgettes, alles laten stoven tot het gaar is, eventueel bijkruiden en/of binden
- als de stoofpot klaar is overstrooien met pijnboompitten en peterselie

Wij serveren dit met Griekse pasta

Dit recept werd klaargemaakt en geproefd op één van de kookavonden van KWB Reet

Voor meer recepten zie <http://www.kwbreet.be>

