

Lamsstoofvlees met gedroogde vruchten en noten.

Aantal personen: 4

600 gram lamsvlees (bijv. van de schouder of filet)

Snufje kaneel, of een kaneelstokje

Snufje gemberpoeder

3 Saffraandraadjes

Peper en zout

$\frac{1}{2}$ eetlepel kokosolie

1 ui

200 milliliter kippenbouillon

30 gram rozijnen

30 gram cranberries

250 gram gepelde amandelen

25 gram pijnboompitten.

Snij het vlees in stukjes.

Snij de ui in halve ringetjes. Verhit de kokosolie in een stoofpot en bak het lamsvlees aan, breng op smaak met peper en zout. Meng de ui eronder en laat nog even meebakken. Voeg het kaneelstokje, de gemberpoeder en de saffraandraadjes toe. Meng het geheel goed door.

Giet de kippenbouillon over het vlees. Voeg de rozijnen, de cranberries toe. Plaats nu het deksel op de stoofpot en breng het aan de kook. Plaats de stoofpot met deksel anderhalf uur in de oven van 150 graden. Roer af en toe eens om.

Rooster de amandelen en de pijnboompitten in een antiaanbakpan zonder vetten. En rooster ze.

Dien het vlees op en strooi er de geroosterde pijnboompitten en amandelen over.

Maak hier een volledige maaltijd van door de stoofpot te serveren met geroosterde spruitjes en aarappel.

