

# Franse stoofschotel uit de slowcooker

- Verwarm de slowcooker voor op de hoogste stand.
  - Pel de uien en snijd ze in parten.
  - Pel en snipper de knoflook.
  - Maak de paprika's schoon en snijd ze in stukken.
  - Maak de prei schoon en snijd hem in ringen van 1 cm dik.
- 
- Breng de wijn met de bouillon aan de kook.
  - Verhit de olie in een pan en fruit de uien met de knoflook al omscheppend glazig.
  - Dep het vlees droog en bestrooi met peper.
  - Bak het vlees tussen de uien aan beide kanten bruin.
- 
- Doe de uien en het vlees over in de keramische pot van de slowcooker.
  - Strooi er het kerriepoeder over.
  - Verdeel er de paprika, de prei, de tomatenpuree, de kruiden en zout en peper over en schenk de bouillon erop.
  - Zet de slowcooker op low en laat het vlees in 7-9 uur gaar worden.
  - Schep 30 minuten voor het einde van de bereidingstijd de bonen erdoor.

## Serveertips:

Lekker met gekookte aardappelen of stokbrood.

## Tip:

In plaats van de prei kunt u ook een in plakjes gesneden courgette toevoegen.



## Ingrediënten voor 4 personen

4 hamlappen (á 125 gram)  
2 uien (zoete)  
1 teentje knoflook  
1 rode paprika  
1 gele paprika  
1 prei  
3 dl bouillon (rundvlees)  
2 dl witte wijn (droge)  
3 eetl. olie  
1 eetl. kerriepoeder (pittige)  
1 blikje tomatenpuree (á 70 gram)  
½ eetl. Provençalse kruiden (gedroogde)  
1 pot witte bonen (á 720 gram)  
snufje zout  
snufje peper

