



Bosnië-Herzegovina

Bosanski lonac

Bosnische pot

600g rundvlees uit de nek (het vlees mag best een beetje vet zijn)
400g lams-of kalfsvlees
4 (of meer) wortelen
4 uien
1 kleine kool
1 flinke aubergine
3 paprika's (b.v. 1 gele en 2 rode)
3 grote aardappelen
3 grote tomaten
1 bol knoflook
1 pastinaak
2 peterseliewortels (of nog 1 extra pastinaak)
200 gr. sperzie- of boterbonen
zout en peper
10-15 hele peperkorrels

Maak de wortelen schoon en snij ze in grote stukken.

Pel de uien en snij ze in acht delen.

Snij de kool in acht delen.

Schil de aubergine en snij ze in grote stukken.

Haal de zaadlijsten uit de paprika's en snij ze in vieren.

Snij de aardappelen in drieën.

Laat de tomaten heel

Haal de tenen los van de knoflook maar laat de velletjes zitten!

Maak de pastinaken schoon maar laat ze heel, of snij ze hoogstens in 2 -3 stukken

Snij de peterseliewortels in stukjes.

Meng alle groenten en leg de helft in de pot. Daarop komt het vlees, daarop weer de rest van de groenten. Strooi er wat hele peperkorrels overheen, kruid het met zout en peper en giet er zoveel water over dat het allemaal nog net niet bedekt is. (De groenten geven nog een hoop vocht af.)

Doe het deksel op de pot, breng het snel tot net aan de kook, en zet het vuur dan laag. Laat het dan op een heel laag vuurtje heel rustigjes gaar worden, zodat het vlees zacht en mals wordt en de smaken zich vermengen. Dat duurt zeker vier uur, en misschien wel langer.