**Geitenbout op de wijze van Molise**

geitenbout
rode wijn
laurier
salie
rozemarijn
tijm
peperoncino

tijm
[wildfond](https://www.creatief-koken.be/basis/6162.htm)
vloeiende bloem
olijfolie
ui
knoflook
zout
ontvelde tomaten

Neem een, bij voorkeur, gietijzeren kookpot en doe daarin [**wildfond**](https://www.creatief-koken.be/basis/6162.htm), rode wijn en een kruidenmengeling van rozemarijn, tijm, salie en laurier. Voeg gepelde tomaten uit blik toe. Breng zachtjes op temperatuur.

Bak ondertussen in een pan in halve maantjes gesneden uien met op schijfjes gesneden gepelde knoflookteentjes.

Bestuif een geitenbout met bloem, kruid met peper en zout en bak rondom bruin. Leg het vlees in de kookpot, voeg de ui-bereiding toe en één gedroogd pepertje (peperoncini). Bega niet de vergissing om er méér dan eentje in te doen of het wordt een ‘diabolo’-versie.

Laat nu het stoofpotje sudderen op laag vuur tot het vlees zacht is. Dat is, afhankelijk van het gewicht, één tot 1 ½ uur. Je kan het ook sous vide bereiden, maar dat is hier niet gebeurd.

Neem de geitenbout uit de saus. Laat nog even inkoken en bind de saus indien gewenst.