

Klassisk irländsk köttgryta - Beef Stew

1 kg högre
1-2 msk rapsolja
1 st hackad lök
2 st grovhackade morötter
2 st grovhackade selleristjälkar
2 st tunt skivade vitlöksklyftor
1.5 dl köttbuljong
1 brk guinness, ca 4-5 dl
havssalt
svartpeppar
1 lagerblad
0.5 dl mjöl till redning (eventuellt)