

Recept

Gehaktballen in tomatensaus



Ingrediënten 4 personen

Voor de gehaktbal

- 500 gr mager rundergehakt
- 1 theelepel paprikapoeder
- 1 theelepel kerriepoeder
- zout (hoeveelheid naar smaak)
- 1/2 theelepel cayennepeper
- Snufje zwarte peper
- ½ theelepel aromaat
- 1 ui
- Teentje knoflook
- 3 eetlepels boter
- Eventueel 2 witte botterhammen zonder korst geweld in een beetje melk , deze doe je door het gehakt



Voor de saus

- 1 blikje tomatenpuree
- 1 ui
- 1 teentje knoflook
- 1 theelepel gedroogde rozemarijn
- 1 theelepel gedroogde oregano
- 1 theelepel tijm
- 1 theelepel bouloinpoeier
- Zout en peper naar smaak

Vorbereiding

Gehaktbal

1. Snipper de ui (ook meteen voor de tomaten saus)
2. Meng alle bovenstaande ingrediënten (van de bal gehakt) en kneed het gehakt met de hand tot alle ingrediënten goed zijn gemengd.
3. Verdeel het in 8 porties en draai er ballen van.
4. Laat de ballen afgedekt 30 minuten rusten in de koelkast.

Recept



Bereidingswijze

1. Verhit de boter in een braadpan en braad de ballen hierin rondom bruin aan. Worden
2. Haal ze uit de pan en leg ze op een bordje
3. Nu ga je in het braadboter verder met de saus

Tomatensaus

1. Fruit de ui met de knoflook in een pan aan
2. Doe de tomaten puree erbij en ontzuur deze (lichtjes mee laten bakken zodat de zure smaak verdwijnt en zoet wordt)
3. Doe de rozemarijn , oregano en tijm erbij blijf roeren
4. Doe er ongeveer 350 ml water erbij en de bouillonpoeder
5. Even door koken en op smaak breng met zot en peper
6. Doe nu de ballen in de saus en zet het uur laag en laat de ballen langzaam garen zeker niet koken

Tip doe het in een ovenschaal en zet het in een oven van 100 graden a 30 minuten afgedekt met aluminiumfolie