

Gehaktballetjes met puree

totale tijd **60 min.** 15 min. voorbereidingstijd 45 min. kooktijd

INGREDIËNTEN

10 porties

Voor de gehaktballen:

1 kg	gehakt, gemengd
	Olie, om te bakken
100 g	ui, in blokjes gesneden
150 g	eieren
100 g	paneermeel, glutenvrij
	Zout

Voor de saus:

1 l	slagroom
150 ml	<u>Kikkoman Natuurlijk</u> <u>Gebrouwen Tamari</u> <u>Glutenvrije Sojasaus</u>
5 g	maïzena
300 g	doperwtten, diepvries
200 g	wortelen, in dunne plakjes gesneden

Voor de aardappelpuree:

1 kg	aardappelen, bloemig, geschild
300 ml	melk
100 g	boter
	Zout
	Nootmuskaat

VOORBEREIDING

Stap 1

Gehaktballetjes: fruit de ui in een beetje olie op een laag vuur gedurende 2-3 minuten. Meng de ui met het gehakt, de eieren en het paneermeel en breng op smaak met zout. Vorm met vochtige handen balletjes van ongeveer 25 g en bak deze aan alle kanten in een beetje olie op een middelhoog vuur gedurende 2-3 minuten. Haal de gehaktballetjes uit de pan en blus het braadvocht af met de Kikkoman Tamari Glutenvrije Sojasaus. Voeg de slagroom toe en breng aan de kook. Verdik met maïzena. Voeg de gehaktballetjes toe en laat de saus ca. 10 minuten zachtjes koken.

Stap 2

Kook de doperwtten en wortels voor in gezouten water. Voeg de groenten bij het serveren portiegewijs toe aan de saus en breng aan de kook.

Stap 3

Aardappelpuree: Snijd de aardappelen in kleine stukjes en kook ze in ruim gezouten water in ca. 30 minuten heel zacht. Giet af en druk door een aardappelrasp. Breng de melk en boter aan de kook, breng op smaak met zout en nootmuskaat en giet over de aardappelen. Roer tot een gladde massa en verwarm opnieuw met een beetje melk als dat nodig is.

Stap 4

Verwarm de gehaktballetjes met de saus en groenten in porties en serveer met de aardappelpuree.

