



# Broodje met balletjes in barbecuesaus

Met ovenfrites en frisse komkommersalade



Totaal: 40-45 min.

Gemakkelijk

Eet binnen 3 dagen

Zelf een barbecuesaus maken? Dat is zo gedaan! Het gerookte paprikapoeder zorgt voor de rokerige smaak die zo kenmerkend is voor de barbecue. Je legt de gehaktballen na het aanbraden weer in de saus, zo trekken niet alleen de smaken extra goed in het vlees, dit is ook dé truc om ze gelijkmatig te garen waardoor ze heerlijk mals worden.



## GEROOKT PAPRIKAPOEDER

Dit poeder wordt gemaakt van paprika's die gerookt worden boven een houtvuur. Vervolgens worden ze fijngemalen tot een poeder, met een diepe, intense smaak.



Vastkokende aardappelen



Hamburgerbol



Ui



Knoflookteen



Rode peper \*



Gekruide rundergehaktballetjes \*



Gerookt paprikapoeder



Gemalen komijnzaad



Passata



Sojasaus



Komkommer \*



Tomaat \*



Verse bieslook \*



Mayonaise \*

# BEGIN — GOED

## BENODIGDHEDEN

Bakplaat met bakpapier, hapjespan met deksel, saladekom en dunschiller.

Laten we beginnen met het koken van de **broodje met balletjes in barbequesaus**.



## 1 FRIET EN BURGERBOL BAKKEN

Verwarm de oven voor op 210 graden. Schil of was de **aardappelen** grondig en snijd er frieten van ½ – 1 cm van. Meng de **frieten** op een bakplaat met bakpapier met de olijfolie en breng op smaak met peper en zout. Bak 30 – 40 minuten in het midden van de oven ★. Schep halverwege om. Bak de laatste 5 – 7 minuten de **hamburgerbol** mee in de oven.



## 4 GEHAKTBALLEN GAREN

Zet het vuur middellaag zodra de **saus** kookt en voeg de **gehaktballen** weer toe aan de hapjespan. Dek af en laat nog 7 – 9 minuten zachtjes koken, of totdat de **gehaktballen** gaar zijn. Breng op smaak met peper en zout. Roer af en toe goed door.

★**TIP:** Gebruik je een combimagnetron? Dan kan het wat langer duren voordat de frieten gaar zijn.



## 2 GEHAKTBALLEN BAKKEN

Snipper ondertussen de **ui** en pers de **knoflook** of snijd fijn. Verwijder de zaadlijsten van de **rode peper** en snijd de **rode peper** fijn. Verhit de helft van de zonnebloemolie in een hapjespan met deksel en bak de **gekruide gehaktballen** in 5 – 6 minuten rondom bruin op middelhoog vuur. Ze hoeven nog niet gaar te zijn. Haal uit de pan en bewaar apart.



## 5 SALADE MENGEN

Meng ondertussen in een saladekom de wittewijnazijn met de suiker. Breng op smaak met peper en zout. Schaaf de **komkommer** met een kaasschaaf of dunschiller in dunne linten of snijd in dunne plakjes. Snijd de **tomaat** in smalle parten en snijd de **verse bieslook** fijn. Voeg toe aan de saladekom en schep goed om.



## 3 SAUS MAKEN

Zet het vuur middelmatig, voeg de overige zonnebloemolie toe aan dezelfde hapjespan en fruit de **ui**, **knoflook**, **rode peper**, ½ tl **gerookt paprikapoeder** per persoon en 1 tl **gemalen komijnzaad** per persoon 2 minuten in de hapjespan. Schenk de **passata**, zwarte balsamicoazijn, honing en 10 ml **sojasaus** per persoon in de hapjespan en breng zachtjes aan de kook.



## 6 SERVEREN

Beleg de **hamburgbollen** met de **gehaktballen** in **tomatensaus**. Serveer de **broodjes** met de **komkommersalade**, de **ovenfriet** en ½ el **mayonaise** per persoon.

★**TIP:** Je krijgt meer aardappelen en mayonaise dan je nodig hebt in dit recept. Let jij niet op je calorie-inname of ben je een grote eter? Gebruik dan alle aardappelen en mayonaise.

# 1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Vastkokende aardappelen (g)	200	400	600	800	1000	1200
Hamburgerbol (st) 1) 7) 11) 13) 17) 20) 22)	1	2	3	4	5	6
Ui (st)	¼	½	¾	1	1½	1½
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Rode peper (st) *	¼	½	¾	1	1½	1½
Gekruide rundergehaktballetjes (st) *	3	6	9	12	15	18
Gerookt paprikapoeder (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Gemalen komijnzaad (tl)	1	2	3	4	5	6
Passata (g)	100	200	300	400	500	600
Sojasaus (ml) 1) 6)	10	20	30	40	50	60
Komkommer (st) *	½	1	1½	2	2½	3
Tomaat (st) *	1	2	3	4	5	6
Verse bieslook (spriet) 23) *	5	10	15	20	25	30
Mayonaise (el) 3) 10) 19) 22) *	½	1	1½	2	2½	3
*Zelf toevoegen						
Olijfolie* (el)	1	2	3	4	5	6
Zonnebloemolie* (el)	1	2	3	4	5	6
Zwarte balsamicoazijn* (tl)	1	2	3	4	5	6
Honing* (tl)	1	2	3	4	5	6
Wittewijnazijn* (el)	1	2	3	4	5	6
Suiker* (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout*	naar smaak					

\* in de koelkast bewaren

## VOEDINGSWAARDEN PER PORTIE PER 100 g

	4033 / 964	492 / 118
Energie (kJ/kcal)		
Vet totaal (g)	44	5
Waarvan verzadigd (g)	11,3	1,4
Koolhydraten (g)	92	11
Waarvan suikers (g)	25,4	3,1
Vezels (g)	10	1
Eiwit (g)	44	5
Zout (g)	2,3	0,3

## ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 6) Soja 7) Melk/lactose 10) Mosterd 11) Sesam 13) Lupine. Kan sporen bevatten van: 17) Eieren 19) Pinda's 20) Soja 22) Noten 23) Selderij

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.