



Broodje met gehaktballen in licht-pittige barbecuesaus

Met ovenfrites en frisse komkommersalade



RUNDERGEHAKTBALLETJES

Deze ambachtelijke gehaktballetjes zijn gemaakt van het Maas-Rijn-IJssel-rund en gekruid met onder andere paprika, cayennepeper en kardemom.



Vastkokende aardappelen



Hamburgerbol



Ui



Knoflookteen



Rode peper *



Gekruide rundergehaktballetjes *



Gerookt paprikapoeder



Gemalen komijnzaad



Passata



Sojasaus



Komkommer *



Tomaat *



Mayonaise *



Totaal: 40-45 min.



Family



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: de smaken trekken dan niet alleen extra goed in het vlees, dit is ook dé truc om ze gelijkmatig te garen, waardoor ze heerlijk mals worden.

BEGIN — GOED

BENODIGDHEDEN

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

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



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.



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 **gekruidе gehaktballen** in 5 – 6 minuten rondom bruin op middelhoog vuur. Ze hoeven nog niet gaar te zijn. Haal uit de pan en bewaar apart.



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.



4 GEHAKTBALLEN GAREN

Zet het vuur middellaag zodra de **sous** 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.



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. Voeg toe aan de saladekom en schep goed om.



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

TIP: Je krijgt meer aardappelen en mayonaise dan je gebruikt voor dit gerecht. 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	1¼	1½
Knoflookteen (st)	1	2	3	4	5	6
Rode peper (st) *	¼	½	¾	1	1¼	1½
Gekruidе 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
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

Energie (kJ/kcal)	4080 / 968	492 / 117
Vet totaal (g)	44	5
Waarvan verzadigd (g)	11,3	1,4
Koolhydraten (g)	92	11
Waarvan suikers (g)	25,5	3,1
Vezels (g)	10	1
Eiwit (g)	45	5
Zout (g)	3,0	0,4

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.