

ZWEEDSE GEHAKTBALLETJES

Land: Scandinavisch

Maaltijd: Hoofdgerecht

Porties: 4 personen

Bereidingstijd: 30 minuten

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

- 400 gram half-om-half gehakt
- 1 ei
- 25 gram broodkruim (panko of paneermeel kan ook)
- 75 ml melk
- 1 sjalot (of een kleine ui)
- 1 tl piment (evt. te vervangen door snufje nootmuskaat)

Voor de roomsaus

- 250 ml runderbouillon
- 1 el bloem
- 100 ml melk
- 2 tl worcestersaus

Voor de compote/jam

- kant-en-klare vossenbessenjam van de IKEA (lingonberry)

Of:

- 250 gram cranberries (diepvries)
- 4 el suiker (of naar smaak)
- 1 kaneelstokje

Extra nodig

- keukenmachine

WAT GA JE DOEN

Snippet de sjalot. Meng het gehakt met het ei, broodkruim, melk, sjalot, piment, peper en zout. Doe dit in een keukenmachine en laat even draaien tot het gehakt fijn(er) van structuur is en de ingrediënten goed gemengd zijn. Als het gehakt nog te nat is, voeg je wat extra broodkruim toe. Vorm van het gehakt kleine balletjes ter grootte van een walnoot.

Als je zelf compote maakt: breng in een steelpannetje de cranberries met de suiker, het kaneelstokje

en een beetje water aan de kook. Laat ongeveer 15 minuten pruttelen tot de cranberries helemaal zacht zijn en je een compote hebt. Proef of je de compote zo zoet genoeg vindt, voeg anders nog meer suiker toe.

Ondertussen ga je verder met het gehakt. Verhit een beetje olie of roomboter in een braadpan en bak op middelhoog vuur de gehaktballetjes aan alle kanten bruin. Draai dan het vuur laag en laat 10-15 minuten zachtjes bakken tot de gehaktballetjes helemaal gaar zijn. Haal de gehaktballetjes uit de pan en houdt warm onder aluminiumfolie.

Maak met een spatel de aanbaksels van het gehakt een beetje los. Voeg hier de bloem aan toe en vervolgens ook de bouillon, worcestersaus, melk, peper en zout. Roer goed. Laat een paar minuten koken tot de saus warm is en voldoende ingedikt. Is je saus erg dun, dan zet je het vuur hoger. Heb je juist te weinig saus, dan voeg je nog wat bouillon toe.

Serveer de Zweedse gehaktballetjes met de roomsaus en de vossenbessenjam of cranberrycompote. Lekker met aardappelpuree en groente naar keuze.

TIPS

- Overgebleven cranberrycompote is heerlijk in de yoghurt.
- In plaats van melk kun je ook slagroom gebruiken in de roomsaus. Zo wordt hij nog rijker van smaak (maar ook minder gezond).