



Albóndigas in tomatensaus

Kleine Spaanse gehaktballetjes die zachtjes garen in een geurige tomatensaus. Heerlijk als tapa bij een aperitief of als hoofdgerecht met wat rijst.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
25'	30'	4	Aperitief & hapjes

Ingrediënten

500 gr gemengd gehakt
1 ei
50 gr paneermeel
2 teentjes knoflook
2 el gehakte bladpeterselie
zout
versgemalen zwarte peper
2 el olijfolie
1 ui

1 blik gepelde tomatenstukjes (400 gr)
1 kl zoet paprikapoeder
1 dl groentebouillon
1 laurierblad

Bereidingswijze

1. Doe het gehakt in een kom en voeg het ei, het paneermeel, 1 geperst teentje knoflook, de peterselie, een snuf zout en wat versgemalen zwarte peper toe. Meng alles goed door elkaar.
2. Draai van het gehaktmengsel balletjes ter grootte van een walnoot. Leg ze op een bord.
3. Verhit de olijfolie in een ruime pan op matig vuur. Bak de balletjes in porties rondom goudbruin. Neem ze uit de pan en leg ze apart.
4. Snipper de ui fijn. Pers het tweede teentje knoflook. Stoof de ui en de knoflook in het achtergebleven bakvet gedurende 5 minuten op een zacht vuurtje tot ze glazig zijn.
5. Roer het paprikapoeder erdoor en laat het 1 minuut meestoven. Voeg de tomatenstukjes, de bouillon en het laurierblad toe en roer alles goed om.
6. Laat de saus op matig vuur 10 minuten inkoken. Breng op smaak met zout en peper.
7. Leg de gehaktballetjes terug in de saus. Zet het deksel schuin op de pan en laat de balletjes 15 minuten zachtjes meegaren. Verwijder het laurierblad en serveer warm.

Tip

Werk het gehaktmengsel niet te lang door, anders worden de balletjes taai. Nat je handen lichtjes met water voor je de balletjes rolt, dan blijft het gehakt minder plakken.

Lekker met

Serveer als tapa met vers stokbrood, of als hoofdgerecht met gestoomde rijst of gebakken aardappelen.

Dranktip

Een lichte Spaanse rode wijn zoals een jonge Rioja of een Garnacha past uitstekend bij de tomatensaus.