



Vogelnestjes in tomatensaus

Hardgekookte eieren omhuld met gekruid gehakt, gestoofd in een milde tomatensaus. Doorgesneden tonen ze het typische nestje met het gele ei in het midden. Een geliefde Vlaamse klassieker die het best smaakt met rijst.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	40'	4	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 4 eieren (hardgekookt)
- 1 ei (rauw, voor het gehakt)
- 500 gr gemengd gehakt
- 2 el paneermeel
- 1 el fijngehakte platte peterselie
- zout en peper
- 2 el bloem (om te paneren)
- 3 el olijfolie

1 ui, fijngesnipperd
1 teentje knoflook, geperst
1 el tomatenpuree
800 gr tomatenblokjes (uit blik)
1 tl suiker
1 laurierblad
1 tl gedroogde tijm

Bereidingswijze

- 1.** Kook de 4 eieren gedurende 9 minuten hard. Spoel ze onmiddellijk af onder koud water, pel ze en dep ze droog met keukenpapier.
- 2.** Meng het gehakt in een kom met het rauwe ei, het paneermeel, de peterselie en een snuf zout en peper. Kneed tot een samenhangende massa.
- 3.** Verdeel het gehakt in 4 gelijke porties. Druk elke portie plat in uw hand en vorm ze strak rond een hardgekookt ei. Zorg dat het gehakt overal even dik is en geen openingen vertoont.
- 4.** Rol de vogelnestjes door de bloem en klop het overtollige meel af.
- 5.** Verhit de olijfolie in een ruime braadpan op middelhoog vuur. Bak de vogelnestjes rondom goudbruin in ongeveer 5 minuten. Haal ze uit de pan en zet ze apart.
- 6.** Bak in dezelfde pan de ui en knoflook op matig vuur glazig in ongeveer 3 minuten. Voeg de tomatenpuree toe en bak die 1 minuut mee.
- 7.** Giet de tomatenblokjes erbij. Voeg de suiker, het laurierblad en de tijm toe en breng aan de kook.
- 8.** Leg de vogelnestjes terug in de saus. Dek de pan af en laat alles zachtjes stoven op een laag vuur gedurende 25 minuten, tot het gehakt volledig gaar is.
- 9.** Verwijder het laurierblad. Breng de saus op smaak met zout en peper.
- 10.** Snijd de vogelnestjes vlak voor het serveren doormidden zodat het ei zichtbaar wordt. Schep ruim tomatensaus op het bord en dien op met gekookte rijst.

Tip

Zorg dat het gehakt volledig droog en goed gesloten rond het ei zit voor het bakken, anders openspringen de vogelnestjes tijdens het stoven. Druk eventueel extra aan met natte handen.

Lekker met

Gekookte rijst of aardappelpuree

Dranktip

Een lichte rode wijn zoals een jonge Côtes du Rhône past mooi bij de tomatensaus.

Ontdek meer recepten op kookpot.be