

TOPPERS MET GEHAKT

70 makkelijke familierecepten

INHOUD

Balletjes

- 14 Gehaktballetjes met pistache en granaatappel
- 16 Balletjes in tomatensaus
- 18 Lamsgehaktballetjes met warmoes en rode biet
- 20 Gehaktballetjes: het basisrecept
- 22 Traditionele balletjes met tomatendip
- 22 Pecorinoballetjes met spinaziepesto
- 23 Couscouballetjes met hummus
- 24 Zuiderse balletjes met tomatensaus
- 26 Spicy balletjes met frietjes van zoete aardappel
- 28 Erwtjespuree met balletjes
- 30 Butternutgehaktballetjes met gevulde aardappelen
- 32 Courgette met balletjes en geitenkaas
- 34 Zweedse balletjes
- 36 Gegratineerde gehaktballetjes met reblochon
- 38 Thaise balletjes met citroengras en kokossaus
- 40 Pizza met chorizoballetjes, ricotta en oregano
- 42 Kip-avocadoballetjes met mangosalsa
- 44 Balletjes in biersaus





Burgers & worstjes

- 48 Hamburgers met gegrilde groenten
- 50 Kipburger met avocadosalsa
- 52 Runderburger met portobello's
- 54 Lamsburgers met krokant spek en groene asperges
- 56 Lamsburger met gegrilde groenten
- 58 Rodekool met kastanjes en kipburgers
- 60 Kalfsburger met rozijntjes, pancetta en gebakken appel
- 62 Lamsburger met brie en gegrilde groenten
- 64 Chiliberger met pikante saus
- 66 Américain préparé met zuurdesemtoast
- 68 Hotdog met vijgen en blauwe kaas
- 70 Provençaals stoofpotje met spliterwten en boerenworst
- 72 Bulgursalade met gegrilde merguez en mangochutney
- 74 Stoemp met rode biet en chipolata
- 76 Barbecueworst met koolsla
- 78 Stoemp met feta, zongedroogde tomaten en worst
- 80 Risotto met groenekool en worst

INHOUD



Sauzen en vullingen met gehakt

- 84 Tagliatelle al ragù
- 86 Kruidige miniloempia's met gehakt, feta en kriegensaus
- 88 Witloof met gehaktvulling en pommes duchesse
- 90 Filo-worstenbroodjes met twee dipsausjes
- 92 Gevulde gehaktkrans met tomatensaus
- 94 Gehaktstoofpotje bourguignon
- 96 Medaillons met spek, bloemkool en puree
- 98 Worstenbroodjes met salie
- 100 Köfte in romige tahinsaus met pijnboompitten, granaatappel en bieslook
- 102 Gevulde groenten
- 104 Empanadilla's met gehakt
- 106 Gestoomde wontons gevuld met varkensgehakt, lente-ui en champignons
- 108 Gevulde tomaten met gehakt en tabouleh
- 110 Kalfsblanquette
- 112 Uien met gehaktvulling en uiensaus
- 114 Zoete aardappel met gehaktvulling in fajita-stijl
- 116 Chili con carne in boeddha bowl-stijl
- 118 Turks platbrood gevuld met gehakt, tomaat en feta



Ovenschotels met gehakt

- 122 Auberginelasagne met lamsgehakt, erwten en kruidenkaassaus
- 124 Hachis parmentier
- 126 Ovenschotel met witte bonen en worst
- 128 Gehaktbrood met herfstsalade
- 130 Gratin van pompoen, rode biet en lamsgehakt
- 132 Moussaka met yoghurttopping
- 134 Gehaktbrood in zuurdesem met geroosterde groenten
- 136 Gehaktbrood Wellington
- 138 Gehaktmuffins met kersencompote
- 140 Quiche met gehakt, pompoen en pastinaak
- 142 Cannelloni met gehakt, spinazie en geitenkaas
- 144 Ovenschotel met bloemkool, gehakt, groene asperges en pastinaak
- 146 Pittige gehakttaart met kaas en rucola
- 148 Vleesbrood met paprikasaus en peterselieaardappelen
- 150 Gehaktbrood met vijgen en ham
- 152 Aardappelgratin met pompoen en gehakt
- 154 Pompoenlasagne met gehakt
- 156 Shepherd's pie

Butternutgehaktballetjes

MET GEVULDE AARDAPPELEN

4 PERSONEN • 35 MINUTEN + 50 MINUTEN IN DE OVEN

- 1 butternutpompoen
 - 500 g gehakt
 - 4 grote, zachtkokende aardappelen
 - 4 el gehakte peterselie
 - 2 teentjes knoflook
 - 1 bosje waterkers
 - 2 el gehakte bieslook
 - 1 bolletje mozzarella
 - 150 g zure room
 - 2 el geraspte parmezaan
 - 50 g pistachenoten
 - olijfolie
 - peper en zout
- 1 Verwarm de oven voor op 180°C. Spoel de aardappelen, wrijf ze in met olijfolie. Leg ze op een bakplaat en zet 50 minuten in de oven.
 - 2 Schil de pompoen en verwijder de pitten. Snijd 500 gram pompoen in blokjes en leg ze op een bakplaat met bakpapier. Bestrooi met de parmezaan, kruid met peper en zout en besprenkel met olijfolie. Laat een kwartiertje roosteren in de oven.
 - 3 Snijd de mozzarella in blokjes, hak de pistachenoten. Meng de zure room met de helft van de bieslook en kruid met peper en zout.
 - 4 Meng het gehakt met de helft van de geroosterde pompoenblokjes, de pistachenootjes, blokjes mozzarella en de peterselie. Vorm er balletjes van en bak ze goudbruin en gaar in een pan met boter of olijfolie.
 - 5 Snijd de aardappelen kruisvormig in, duw het kruim er wat uit. Lepel er de zure room over en de rest van de pompoen. Serveer de balletjes met de aardappelen en wat waterkers.



Kalfsburger

MET ROZIJTJES, PANCETTA EN GEBAKKEN APPEL

4 PERSONEN • 20 MINUTEN + 15 MINUTEN BAKKEN

- 400 g gemengd kalfsgehakt
 - 4 sneetjes pancetta
 - 8 sneetjes briochebrood
 - 3 el rozijnen
 - 2 appels, in schijven
 - 100 g veldsla
 - 1 rode ui, in ringen
 - 3 el bladpeterselie
 - 1 ei
 - 2 el paneermeel
 - 4 el honing-mosterd-dressing, kant-en-klaar
 - boter
- 1 Meng het gehakt met het ei, de peterselie, de rozijnen en het paneermeel en vorm er 4 burgers van. Spoel de veldsla en zwier droog. Steek met een ring rondjes uit het briochebrood.
 - 2 Bak de burgers 3 minuten per kant in een beetje boter. Bak de appelschijven en uiringen, elk apart en opnieuw in een klontje boter, goudbruin. Toast de brood rondjes. Bak de pancetta krokant.
 - 3 Beleg 4 briochetoastjes met wat veldsla, een burger, een gebakken appelschijfje, een sneetje krokante pancetta en wat rode ui. Werk af met de honing-mosterd dressing en beleg tot slot met een tweede briochetoastje.

BIETENCHIPS ERBIJ

Verhit frituurolie tot 150 °C. Was en schil 1 rode biet en schaaft deze in dunne plakjes van 1 millimeter. Frituur ze in porties krokant, laat uitlekken op keukenpapier en kruid met zout en wat paprikapoeder. Voor een hete versie sprenkel je er ook wat cayennepeper over.



Risotto met groenekool

EN WORST

4 PERSONEN • 30 MINUTEN

- 4 chipolataworstjes
- ¼ groenekool
- 250 g risottorijst
- 2 sjalotten
- 1 teentje knoflook
- 80 g geraspte parmezaan
- 200 ml witte wijn
- 1 l warme kippenbouillon
- olijfolie
- peper en zout

- 1 Snijd de groenekool in reepjes, spoel en blancheer ze kort in gezouten water. Giet af en laat schrikken onder koud water.
- 2 Pel en snipper de knoflook en de sjalotten. Fruit in olijfolie. Voeg de rijst toe en roer tot de korrels glazig zijn. Blus met de witte wijn en laat verdampen. Zet het vuur zachter en giet beetje bij beetje de bouillon erbij onder voortdurend roeren. Voeg pas opnieuw bouillon toe zodra de vorige volledig opgenomen is door de rijst. Herhaal tot de kippenbouillon op is en de rijst gaar en romig.
- 3 Schep de kool door de risotto.
- 4 Bak de worstjes goudbruin in wat boter, snijd in stukken en schep, samen met een klontje boter en de geraspte parmezaan, door de risotto.



Chili con carne

IN BOEDDHA BOWL-STIJL

4 À 6 PERSONEN • 30 MINUTEN

- 500 g rundergehakt
- 1 ui, gesnipperd
- 1 teentje knoflook, gesnipperd
- 3 takjes selderij, in stukjes
- 3 wortelen, in stukjes
- ½ kl chilivlokken
- 1 el oregano
- 1 blik gepelde tomaten (400 g)
- 1 blikje kidneybonen (200 g), gespoeld
- 1 blikje witte bonen (200 g), gespoeld
- 1 blikje zwarte bonen (200 g), gespoeld
- 1 flesje (25 cl) wit bier
- 1 stukje (15 à 20 g) fondantchocolade, geraspt of in stukjes
- olijfolie
- peper en zout

VOOR HET GARNITUUR

- 1 avocado, geprakt
- enkele takjes koriander
- zure room
- partjes limoen

- 1** Verwarm 1 eetlepel olijfolie in een braadpan en bak het gehakt rul.
- 2** Verwarm 1 eetlepel olijfolie in een stoofpan en fruit de ui, de knoflook, de selderij, de wortelen en de chilivlokken. Voeg de oregano, de tomaten, al de bonen en het gehakt toe. Overgiet met het bier en laat 20 minuten sudderen. Kruid met peper en zout.
- 3** Voeg op het laatste moment de chocolade toe en schep om. Serveer in kommen en garneer met de zure room, de avocado, de koriander en partjes limoen. Lekker met tortillachips.



Auberginelasagne

MET LAMSGEHAKT, ERWTEN EN KRUIDENKAASSAUS

4 PERSONEN • 30 MINUTEN + 40 MINUTEN IN DE OVEN

- 400 g lamsgehakt
- 3 à 4 aubergines
- 1 ui
- 1 tak selderij
- 50 g rucola
- 150 g erwten (diepvries)
- 50 g geraspte parmezaan
- 1 kl chilivlokken
- olijfolie
- peper en zout

VOOR DE KAASSAUS

- 50 g geraspte mozzarella
- 50 g geraspte parmezaan
- 3 el bladpeterselie
- 3 el munt
- geraspte schil van 1 citroen
- 500 ml melk
- 2 el boter
- 2 el bloem
- een snuifje nootmuskaat
- peper en zout

- 1 Pel en snipper de ui. Maak de selderij schoon en snijd in stukjes. Stoof de ui en selderij met de chilivlokken glazig in een pan met olijfolie. Doe het lamsgehakt erbij en bak rul. Giet overtollig vet uit de pan.
- 2 Verwarm de oven voor op 180°C. Stoom of kook de erwten beetgaar. Doe ze bij het gehaktmengsel. Kruid met peper en zout.
- 3 Maak de aubergines schoon en snijd ze in plakken van 5 mm. Bestrijk ze royaal met olijfolie en grill de plakken 1 minuut aan elke kant in de grillpan.
- 4 Maak de kaassaus: smelt de boter in een pan, roer er de bloem door. Giet er beetje bij beetje al roerend de melk bij en laat indikken. Haal de pan van het vuur en meng de kaas door de saus. Roer om tot de kaas mooi gesmolten is. Kruid met nootmuskaat, peper en een beetje zout. Spoel de peterselie en de munt en hak ze fijn. Roer ze samen met de geraspte citroenschil door de kaassaus.
- 5 Bestrijk een ovenschaal met olijfolie en beleg de bodem met de helft van de plakken aubergine. Schep er de helft van het gehakt op en lepel er de helft van de kaassaus over. Beleg met flink wat rucola en herhaal de lagen, eindig met een laag kaassaus. Bestrooi met de parmezaan.
- 6 Zet de lasagne 30 à 40 minuten in de oven, tot hij een mooi goudbruin korstje heeft.

