



Gehaktballen met 'krieken'

en knolselderijpuree

Een oergezellige Belgische klassieker die je zo terug katapulteert naar je jonge jaren! Heerlijk krokant gebakken gehaktballetjes met daarbij lekkere kersen (kriekjes) in een zelig zoetzuur sausje. Zure kersen duidt men aan met het woord krieken, terwijl men met kersen zoete kersen bedoelt. Vandaag serveren we een heerlijke knolselderijpuree ernaast. Genieten van grootmoeders kost!

30 min | 847 kcal

*Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website*



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Aardappels, kruimig	g	250	500	750	1000
Knolselderij	st	0.25	0.5	1	1
Ui	st	1	2	2	3
Gehakt half-om-half	g	100	200	300	400
Verse kervel	st	0.25	0.5	1	1
Gehaktkruiden	tl	1	2	3	4
Kersen op siroop	g	175	350	525	700

zelf toevoegen:

Azijn	el	0.5	1	1.5	2
Olie en boter	el	1	2	3	4
Maizena	el	0.5	1	1.5	2
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook. Schil de aardappels en knolselderij, snijd in stukken en kook in 20 minuten gaar.
2. Pel intussen de ui en snijd in partjes. Snijd de kervel fijn. Doe het gehakt in een ruime kom en voeg een deel van de kervel toe. Breng op smaak met de gehaktkruiden, peper en zout en rol per persoon 2 of 3 ballen ervan. Verhit olie in een bakpan en bak de ui en de gehaktballen bruin en gaar. Doe halverwege een deksel op de pan.
3. Zeef de kersen, vang het sap op in een steelpan en verwarm het op een middelhoog vuur. Los de maizena op in een kopje met een beetje koud water of kersensap, schenk in de pan en roer tot een gladde kersensaus. Voeg de kersen en azijn toe en verwarm even mee (let op dat het niet kookt want dan gaan de kersen stuk).
4. Giet het water van de aardappels af en stamp met een beetje kookvocht (of melk en boter) tot een zachte puree. Schep de overgebleven kervel erdoor. Breng verder op smaak met zout en peper.
5. Schep de puree en gehaktballen op de borden en geef er een flinke schep kersen met saus bij.

Tip: Puree is ook altijd heel lekker met een snuf nootmuskaat. Extra tip van Chef Freya: Je hebt vrij veel knolselderij, je kunt deze in kleine blokjes met pittige kruiden ook 20 minuten roosteren in de oven of smoren in boter en water in een afgedekte pan.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

