

 Bereiden in: grote pan

 Voorbereiding: 0 min.

 Bereiding: 40 min.

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- Voor de balletjes
- 400 gr rundergehakt
- 1 ei
- 2 tl komijnpoeder
- 2 tl gemalen gember
- 2 tl paprikapoeder
- Zeezout
- Zwarte peper
- 3 takjes munt
- 5 takjes koriander
- 50 gr panko
- 1 naanbrood
- Voor de saus
- 1 ui
- 2 tl kurkuma
- 3 teentjes knoflook
- 2 el korianderzaad
- 400 gr tomatenblokjes

Voedingswaarde

Wist u dit

Panko is een soort paneermeel dat in de Japanse keuken wordt gebruikt om gebakken of gefrituurde etenswaren van een krokante korst te voorzien

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/images/new/logo-samen-eeen-koe-kopen.png>

Schansweg 6 - 7481 TK Haaksbergen
+31 (0)53 436 71 12
info@sameneenkoekopen.nl
www.sameneenkoekopen.nl

Bereiding

- 1 Meng alle ingrediënten voor de köfte, op het naanbrood na, en mix het goed. Draai er gelijkmatige balletjes van ca. 5 cm van. Leg ze in de koelkast.
- 2 Maak ondertussen de saus. Pak een grote pan. Snijd de ui en knoflook fijn. Fruit de ui tot deze glazig is.
- 3 Voeg de kurkuma, knoflook en korianderzaad toe en bak het kort mee tot de aroma's vrijkomen. Voeg nu de tomatenblokjes en het water toe en laat het 5 min. op middelhoog vuur pruttelen.
- 4 Leg de gehaktballen voorzichtig in de saus en zorg dat er voldoende ruimte is tussen de balletjes. Gaar ze 15 min. gaar op middelhoog vuur. Bak ondertussen het naanbrood af volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- 5 Serveer de köfte in een schaal met het naanbrood.

image not found

<https://www.sameneenkoekopen.nl/imagesNew/logo-samen-een-koe-kopen.png>

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten