



Griekse gehaktballetjes

van varkensvlees met linsensalade



40-50min



2 personen

Vandaag combineren we klassieke Griekse smaken en ingrediënten op een nét iets andere manier. We maken kruidige Griekse varkensgehaktballetjes en serveren ze op een goedgevulde linsensalade. De frisse yoghurt dip met munt zorgt voor de finishing touch.

Wat je van ons krijgt

- 150g groene linzen
- 1 zakje kippenbouillonpoeder
- 1 rode ui
- 1 teen knoflook
- 2 tomaten
- 1 komkommer
- 20g verse kruidenmix: dille & munt
- 1x varkensgehakt
- 1 zakje Griekse kruidenmix
- 1 zakje zwarte olijven
- 1 kuipje yoghurt ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- azijn

Kookgerei

- middelgrote koekenpan
- middelgrote kookpan
- zeef

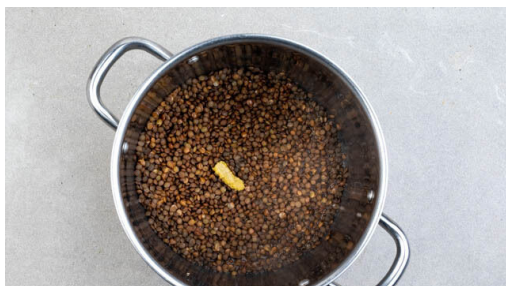
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 931kcal, vet 51.0g, koolhydraten 69.8g, eiwit 46.2g



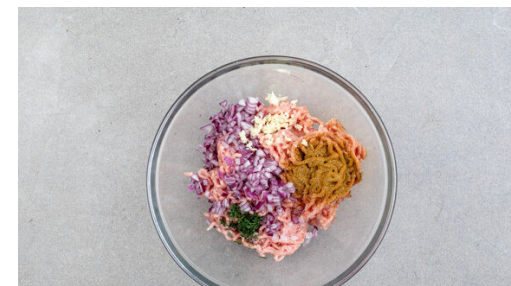
1. Linzen koken

Breng 1L water in een middelgrote kookpan aan de kook. Voeg de **linzen** met het **bouillonpoeder** toe en kook de **linzen** in 25-30min op matig vuur gaar. Giet af.



2. Groenten voorbereiden

Pel en snijd de **ui** doormidden. Hak **een helft** fijn en snijd de **ander** in reepjes. Pel en hak de **knoflook** fijn. Snijd de **tomaten** doormidden, verwijder de pitjes en snijd de **tomaten** in reepjes. Snijd de **komkommer** in stukjes. Hak de **dille** zonder harde steeltjes fijn.



3. Gehakt kruiden

Meng het **gehakt** met **1/3e van de dille**, de **helft van de knoflook**, de **Griekse kruidenmix**, **gehakte ui** en een snuf peper en zout. Kneed er **6-8 gehaktballetjes** van.



4. Gehaktballetjes bakken

Verhit 1-2el olijfolie in een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **gehaktballetjes** 4-5min rondom. Neem de pan van het vuur en laat de **balletjes** in de pan rusten.



5. Salade mengen

Verwijder de pit en snijd de **olijven** in plakjes of hak ze grof. Meng de **linzen** met de **rest van de ui** en **knoflook**, de **tomaten**, **komkommer**, **olijven**, de **rest van de dille**, 1-2el olijfolie, 1-2el azijn en peper en zout naar smaak.



6. Dip voorbereiden

Hak de **muntblaadjes** fijn en roer ze door de **yoghurt**. Breng de **dip** op smaak met peper en zout. Serveer de **linsensalade** met de **gehaktballetjes** en de **dip**.