



## Vegan gehaktballetjes op aardappel-preipuree

met citroengras-chilisaus



30-40min



2 personen

Aardappelpuree met chili? Prei met citroengras? Toegegeven: deze combinaties klinken verrassend, maar deze internationale samenwerking pakt uitermate goed uit. Je bakt sappige vegan gehaktballetjes en serveert ze met frisse tomaatjes en citroengras-chilisaus op een bedje van licht pittige aardappel-preipuree. Eet smakelijk!



## Wat je van ons krijgt

- 1 zakje kruimige aardappels
- 2 tomaten
- 1 prei
- 200g vegan gehakt <sup>6</sup>
- 100ml citroengras-chilisaus

## Wat je thuis nodig hebt

- 100ml melk <sup>7</sup>
- 2el boter <sup>7</sup>
- plantaardige olie
- peper en zout
- suiker

## Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- dunschiller
- aardappelstamper
- vergiet

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

### Kooktip

Wil je het recept veganistisch bereiden? Gebruik dan plantaardige alternatieven (haver, amandel, soja etc.) in plaats van melk en boter.

### Allergenen

soja (6), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 764kcal, vet 40.4g, koolhydraten 71.7g, eiwit 23.9g



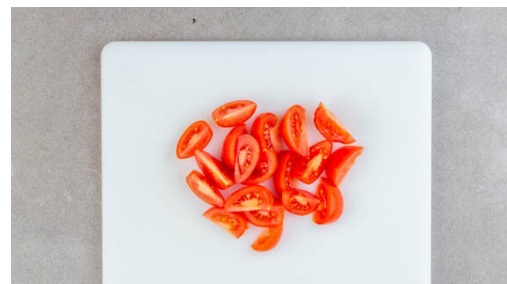
### 1. Aardappels koken

Breng ruim gezouten water aan de kook in een middelgrote kookpan. Schil de **aardappels** en snijd in 2-3cm grote stukken. Voeg ze toe aan het kokende water en kook in 14-16min op middelhoog vuur gaar. Schep een **kopje kookwater** uit de pan en laat de **aardappels** uitlekken in een vergiet. De pan heb je zo weer nodig.



### 4. Gehaktballen bakken

Vorm **vegan gehaktballetjes** ter grootte van een walnoot van het **vegan gehakt**. Verhit een middelgrote koekenpan met 1el olijfolie op middelhoog vuur en bak de **vegan gehaktballetjes** ca. 3min rondom tot ze licht gebruind zijn.



### 2. Tomaten snijden

Snijd de **tomaten** in 6-8 partjes.



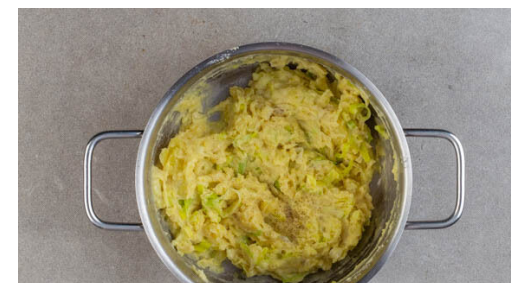
### 5. Saus maken

Zet het vuur iets lager, voeg de **tomaat** toe en bak ca. 2min mee. Voeg de **citroengras-chilisaus** toe met 50ml water en een ½tl suiker. Roer goed door de pan en laat de **saus** 2-3min indikken.



### 3. Prei bakken

Snijd de **prei** in dunne ringen. Pak de kookpan uit stap 1 er weer bij en laat 2el boter smelten op middelhoog vuur. Voeg de **prei** toe met een flinke snuf zout en bak ca. 4min. Schep regelmatig om. Voeg 100ml melk toe en warm op. Neem de pan van het vuur.



### 6. Puree maken

Doe de **aardappels** bij de **prei** in de kookpan en stamp met een aardappelstamper (of prak met een vork) tot een **romige puree**. Voeg evt. lepel na lepel **kookwater** toe om de juiste consistentie te bereiken. Proef en breng op smaak met peper en zout. Verdeel de **puree** over de borden. Schep de **saus met vegan gehaktballen** bovenop de **aardappel-preipuree** en dien op.