



Gehaktballetjes op spinaziestamppot

met zelfgemaakte appelsaus



ca. 30min



2 personen

Stamppot met gehaktballen en appelsaus: was dat bij jullie vroeger ook een geliefde klassieker? De appelsaus klinkt wellicht wat vreemd, maar de zoet-zure smaken vormen een geweldig accent bij de hartige gehaktballen van varkensgehakt en de stamppot van aardappels en spinazie. En je maakt die appelsaus ook nog eens helemaal zelf! Een feest om te maken, een feest om te eten.

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 250g varkensgehakt
- 25g biologisch paneermeel ¹
- 1 zakje kruimige aardappels
- 1 appel
- 1 bosui
- 100g babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- 50-100ml melk ²
- 2el boter ²
- 1el mosterd ³
- 1el bloem ¹
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- aardappelstamper
- dunschiller
- maatbeker
- vergiet

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

Allergenen

Gluten (1), Melk (2), Mosterd (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 685kcal, vet 29.8g, koolhydraten 66.7g, eiwit 36.5g



1. Gehaktballen draaien

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Pel de **knoflook** en snijd fijn. Meng het **gehakt** met de **knoflook**, het **paneermeel**, ½tl zout en een snuf peper. Rol er dan met vochtige handen ca. **8 gehaktballen** van.



4. Appelsaus maken

Schil de **appel**, verwijder het klokhuis en snijd de **appel** in kleine blokjes. Smelt 1el boter in een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur. Bak de **appel** ca. 2min, bestuif dan met 1el bloem en bak ca. 1min terwijl je blijft roeren. Roer 150ml water, 1el mosterd en ½tl suiker erdoor en laat 2-3min koken tot er een romige **sous** ontstaat. Roer regelmatig.



2. Gehaktballen bakken

Leg de **gehaktballetjes** op een bakplaat met bakpapier en bak ze ca. 20min in de oven, tot ze goudbruin en gaar zijn. Breng in een middelgrote kookpan voldoende gezouten water aan de kook voor de **aardappels**.



5. Bosui snijden

Snijdt de **bosui** in dunne ringen. Haal de **appelsaus** van het vuur en kruid met een snuf peper en zout.



3. Aardappels koken

Schil de **aardappels** en snijd ze in grove stukken. Voeg ze toe aan het kokende water en kook in 12-14min gaar. Laat de **aardappels** uitlekken in een vergiet en zet afgedekt in de pan opzij.



6. Puree maken

Stamp de **aardappels** met 50-100ml melk en 1el boter tot een **gladde puree**. Schep de **spinazie** erdoor en kruid de **puree** naar smaak met peper en zout. Verdeel de **puree** en **gehaktballen** over borden, bedruppel met de **sous** en bestrooi met de **bosui**.