

DINNERLY



Broccolistamppot met gehaktballen en rode ui



ca. 30min



2 personen

Een winterse klassieker in een nieuw jasje – stamppot broccoli zien we nou eenmaal niet zo vaak. Onze chef Martina heeft er iets heel origineels van gemaakt, met ingelegde rode ui, dille en zelfgemaakte, kleine rundergehaktballen. Want wat is er nou beter dan een geliefd recept dat weet te verrassen?

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 500g kruimige aardappels
- 1x broccoli
- 10g verse dille
- 1 rode ui
- 1x rundergehakt

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- peper en zout
- suiker
- azijn
- olijfolie
- evt. boter

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan met deksel
- dunschiller
- zeef
- aardappelstamper

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

ALLERGENEN

Kan sporen van allergenen bevatten.

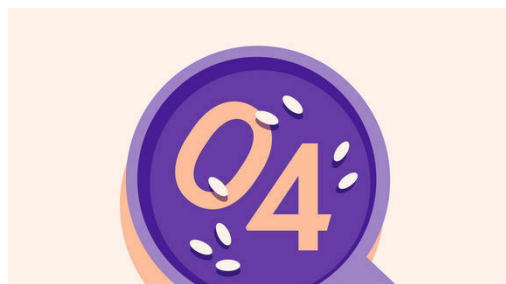
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 603kcal, vet 27.2g, koolhydraten 55.1g, eiwit 34.8g



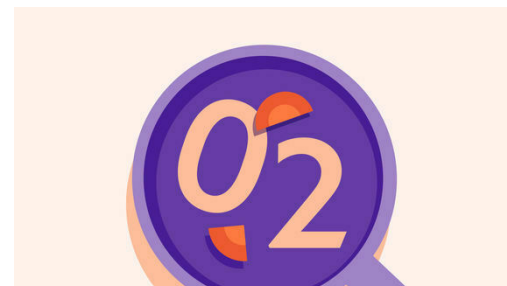
1. Aardappelen koken

Breng in een middelgrote kookpan water voor de **aardappelen** en **broccoli** aan de kook met een snuf zout. Schil de **aardappelen** en snij deze en de **broccoli (mét steeltjes)** in grove stukken. Pel 1 teen knoflook en snij in een paar stukken. Voeg de **aardappelen**, **broccoli** en knoflook toe aan het water, leg er een deksel op en kook 14-16min op middelhoog vuur tot alles gaar is.



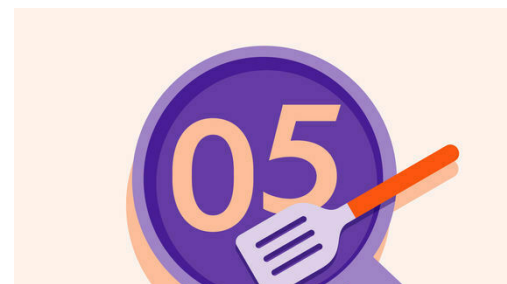
4. Aardappelen stampen

Schep eerst een **kopje water** uit de kookpan en giet dan de **aardappelen** en **broccoli** af. Stamp het geheel zo fijn als je lekker vindt. Gebruik het **kookwater** en evt. wat boter om de puree zacht en smeuïg te maken en breng op smaak met peper en zout.



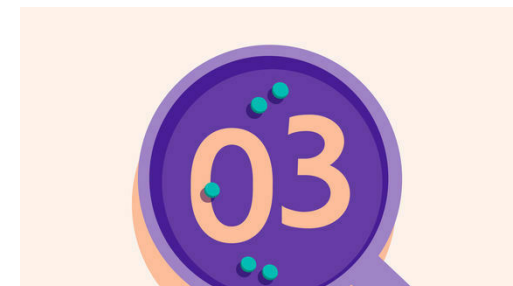
2. Ui inleggen

Snij de **dille** fijn. Pel en halveer de **ui**, snij 1 helft fijn en 1 helft in dunne reepjes. Meng de **reepjes ui** in een kommetje met 1el azijn, een flinke snuf suiker en een mespuntje zout. Zet opzij.



5. Serveren

Schep de **stampapot** op de borden, verdeel de **gehaktballetjes** zo eerlijk mogelijk en garneer het gerecht met de rest van de **dille** en de **ingelegde ui**.



3. Gehaktballetjes maken

Kneed de **fijngesneden ui**, **1/2 van de dille**, 1 flinke snuf zout en wat peper door het **gehakt**, en vorm **balletjes** ter grootte van walnoten. Verhit 1el olijfolie in een middelgrote koekenpan en bak de **balletjes** 3-4min op middelhoog vuur tot ze mooi bruin zijn. Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat de **balletjes** 8-10min garen. Af en toe roeren.



6. Leren experimenteren

Stampapot en Hollandse kaas gaan goed samen, dat weet iedereen. Maar wist je dat dit gerecht ook heel goed werkt met feta? Als je wat Griekse kaas over hebt van een eerdere maaltijd kun je die hier dus zeker gebruiken. Roer de kaas kort door de stampapot voor het serveren of laat iedereen zelf wat feta over hun bord brokkelen. Experimenteren maar!