



Deense gehaktballetjes in currysaus

met appel en spinaziestamppot



30-40min



2 personen

Gehaktballetjes en currykruiden zijn vast niet de eerste combinatie die in je opkomt als je aan Denemarken denkt. Maar "boller i karry" zijn een heuse Deense klassieker. In dit recept verrijk je de currysaus met stukjes appel en maak je een romige stamppot met spinazie. Echt "fantastisk," zoals de Denen zeggen.

Wat je van ons krijgt

- 1 netje kruimige aardappels
- 100g spinazie
- 1 ui
- 1 zakje rundvleeskruiden
- 50g panko ¹
- 1x rundergehakt
- 1 appel
- 1 prei
- 1 zakje gele currypasta ¹⁰
- 1 zakje groentebouillonpoeder

Wat je thuis nodig hebt

- boter ⁷
- melk ⁷
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- aardappelstamper
- keukenrasp
- vergiet

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 827kcal, vet 40.8g, koolhydraten 78.4g, eiwit 34.8g



1. Aardappels koken

Breng ruim gezouten water voor de **aardappels** aan de kook in een middelgrote kookpan – ze hoeven niet helemaal onder water te staan. Snijd de **aardappels mét schil** doormidden (de grotere in vieren) en kook ze in ca. 15min gaar. Snijd de **spinazie** grof en leg in een vergiet. Giet de **aardappels** over de **spinazie** af en laat uitlekken.



4. Saus inkoken

Voeg **1/3 van het bouillonpoeder** en 300ml water toe en breng aan de kook terwijl je blijft roeren. Zet het vuur laag zodra het mengsel kookt en laat de **saus** 3-4min borrelen tot de **appel** en **prei** heel zacht zijn. Proef of je nog wat **bouillonpoeder** wil toevoegen.



2. Gehaktballen bakken

Pel en rasp de **ui** grof. Kneed de **ui**, de **kruidenmix**, de **helft van de panko**, 1el melk, 1tl zout en 1/2tl peper door het **gehakt**. Rol er ca. 6 **gehaktballetjes** van. Verhit een middelgrote koekenpan met 1el plantaardige olie en bak de **balletjes** 5-6min op middelhoog vuur tot ze rondom een beetje bruin zijn. Schep uit de pan en zet opzij.



5. Gehaktballen afmaken

Leg de **gehaktballetjes** in de **saus** en laat ze 5-6min sudderen op laag tot middelhoog vuur, tot ze gaar zijn. Proef en kruid naar smaak met peper en zout.



3. Saus opzetten

Verwijder het klokhuis en snijd de **appel** in grove stukken. Halveer de **prei** in de lengte, was de bladeren goed en laat ze even uitlekken. Snijd ze dan in dunne reepjes. Smelt 2el boter in de koekenpan en bak de **appel** en **prei** 5-6min tot ze zacht zijn. Roer **1el (of meer) currypasta** en 1el azijn erdoor en laat 1-2min zachtjes koken.



6. Stamppot stampen

Doe de **aardappels** en **spinazie** weer in de kookpan en stamp ze met 1el boter en 1el melk tot een romige **puree**. Breng op smaak met peper en zout en verdeel de **puree**, de **gehaktballetjes** en de **saus** over diepe borden of grote kommen.