

# RECEPTENBOEK

sofie  
DUMONT

LEKKER  
VAN BIJ  
ONS



  
**BALLEKES**  
BATTLE  
LAAT ZE ROLLEN

# RECEPTEN INHOUD

## FOODIES BATTLE

Kleverige balletjes met rijstnoedels en komkommersalade (ANNELIES)	p4
Masala Meatballs (CHLOE)	p6
Gehaktballen gevuld met witloof, puree, krokante kappertjes en kervel (JELLE)	p8
Volkoren penne met kruidenpesto, pompoen en gehaktballetjes met Flandrien Grand Cru (PIETER)	p10
Koreaanse gehaktballetjes met rijstnoedels en bimi (SIN)	p12
Spaghettipompoen met pittige ballekes (STEFAAN)	p14

## SOFIE DUMONT

Balletjes met venkel, spinazie, orzo en parmezaan	p17
Luikse balletjes met knolselderypuree en witloofsla	p19
Balletjes met krieken en puree	p21
Ballekes in tomatensaus	p23

## BATTLE AT HOME

Balletjes Tandoori (ANNEMIE)	p26
Gehaktballetjes met ricotta, pasta, pestoroomsaus met pistachenoten en spinazie (SOFIE)	p28
Chili con carne balls (FARAH)	p30

In samenwerking met:

LEKKER  
VAN BIJ  
ONS

sofie  
DUMONT

# FOODIES RECEPTEN BATTLE

“ ONLY HERE FOR THE BALLEKES ”

# KLEVERIGE BALLETTJES MET RIJSTNOEDELS EN KOMKOMMERSALADE



## KLEVERIGE BALLEKES MET RIJSTNOEDELS EN KOMKOMMERSALADE

Recept van Annelies



Belgisch gehakt in een werelds gerecht dat alle smaakpapillen wakker schudt: daar mag je mij altijd voor storen. Afgewerkt met verse kruiden en pinda's is dit echt feest!

ANNELIES

📷 Een Lepeltje Lekkers



60 min



4 personen

### INGREDIËNTEN

arachideolie  
250 g rijstnoedels  
1 komkommer  
rijstazijn  
vissaus

### INGREDIËNTEN BALLEKES

600 g varkensgehakt  
2 lente-uien  
1 rode chili  
1 bosje koriander  
½ bosje munt  
1 stengel citroengras  
1 limoen, alleen de zeste  
1 el geraspte gember

### INGREDIËNTEN SAUS

2 teentjes look, geperst  
1 el geraspte gember  
3 el water  
3 el sojasaus  
1 tl sriracha  
2 el bruine suiker  
1 limoen, alleen het sap

### INGREDIËNTEN VOOR ERBIJ

½ bosje munt, gehakt  
enkele takjes koriander, gehakt  
½ rode chili, gehakt  
2 el geroosterde pinda's, gehakt

### BEREIDING

Maak eerst de balletjes. Hak lente-ui, chili en kruiden fijn. Verwijder de buitenste bladeren van de stengel citroengras en hak heel fijn. Meng alles door het gehakt, samen met limoenzeste en gember.

Rol balletjes van het gehaktmengsel ter grootte van een pingpongbal.

Verhit een scheutje olie in een pan en bak er de balletjes aan alle zijden goudbruin in aan tot ze bijna gaar zijn.

Maak intussen de saus door alle ingrediënten te mengen.

Voeg de saus toe aan de balletjes. Laat op hoog vuur inkoken tot iets ingedikt.

Snijd de komkommer in linten en schep om met een scheutje rijstazijn en vissaus.

Serveer de balletjes met rijstnoedels en komkommersalade. Werk af met munt, koriander, chili en pinda's.

# MASALA MEATBALLS



Belgisch gehakt in een werelds gerecht dat alle smaakpapillen wakker schudt: daar mag je mij altijd voor storen. Afgewerkt met verse kruiden en pinda's is dit echt feest!

CLOË

@Chloë Kookt



75 min



4 personen

#### INGREDIËNTEN BALLETTJES

500 g gemengd gehakt (varken-kalf)  
1 ei  
3 el paneermeel  
3 el panko  
snufje zout & peper  
snufje kaneel  
snufje muskaatnoot  
snufje tijm  
snufje paprikapoeder

#### INGREDIËNTEN SAUS

1 blik tomatenblokjes  
100 g tomatenpurree  
1 ui  
3 teentjes look  
1 el verse gember  
60 g cashewnoten  
250 ml kokosmelk  
1 dl room  
2 el garam masala  
2 tl kurkuma  
1 tl paprikapoeder  
1/2 tl kaneel  
1/2 tl komijn  
klontje boter  
2 el suiker  
2 el honing  
verse koriander  
snufje chiliflakes

#### INGREDIËNTEN NAANBROOD

300g griekse yoghurt  
350g zelfrijzende bloem  
1 zakje bakpoeder  
2 el suiker  
Snufje zout  
Snufje kaneel  
Scheutje olijfolie  
Klontje boter  
Verse koriander



#### BEREIDING

We starten met het 'soaken' van de cashewnoten. Week de cashewnoten in warm water zodat ze zacht worden. Later mixen we deze in de saus en gaan ze zorgen voor een extra creamy touch.

Nu beginnen we met het voorbereiden van het deeg voor het naanbrood. Meng hiervoor de droge ingrediënten in een kom. Roer er de yoghurt en olijfolie door. Kneed met je handen tot één geheel. Vorm een bol van het geheel en laat het even rusten in de koelkast. De boter en koriander gebruiken we later voor de afwerking van het naanbrood.

Daarna maken we de gehaktballetjes. Kluts je het eitje samen met de kruiden. Meng deze onder het gehakt. Voeg de panko en het paneermeel toe. Kneed tot alles goed vermengd is. Rol balletjes van gelijke grootte en leg ze even op een bord.

Snij de ui, look en gember fijn en zet deze even opzij.

Verhit een scheutje olijfolie in een pan. Bak de gehaktballetjes tot ze goudbruin zijn, ze hoeven nog niet helemaal gaar te zijn.

Haal de balletjes uit de pan en zet ze opzij.

Bak nu in dezelfde pan de look, ui en gember in een klontje boter.

Voeg alle droge kruiden toe en meng alles goed door elkaar.

Voeg de tomatenpuree toe en roer nog eens. Blus na enkele min. met de tomatenblokjes. Voeg de suiker en de honing toe voor een lichtzoete touch. Roer de 'soaked' cashewnoten er onder. Laat het geheel nu even sudderen. Voeg de kokosmelk en room toe. Mix nu met een staafmixer tot een gladde saus.

Laat de saus sudderen op een laag vuur met de balletjes er in.

Zo kunnen deze verder garen in de saus. Snijd een handvol koriander fijn en voeg dit toe.

Terwijl de balletjes verder garen bakken we het naanbrood.

Verdeel het naanbrood in balletjes. Rol ze plat met een deegrol.

Bak het naanbrood aan in een hete pan met wat olijfolie tot ze goudbruin zijn, ongeveer 2-3 min. aan iedere zijde. Om de naanbroodjes af te werken smeer je ze in met gesmolten boter en verse koriander.

Serveer de masala meatballs met het naanbrood om te dippen.

Smakelijk!

# GEHAKTBALLEN GEVULD MET WITLOOF, PUREE, KROKANTE KAPPERTJES EN KERVEL





## GEHAKTBALLEN GEVULD MET WITLOOF, PUREE, KROKANTE KAPPERTJES EN KERVEL

Recept van Jelle

“

Heerlijk dikke en vlezige gehaktballen boordevel gekarameliseerd witloof en spek in een zalige, romige kaassaus. Een zalige fusie tussen twee van mijn favoriete gerechten: witloof in kaassaus en gehaktballen met puree. De term comfortfood is uitgevonden voor dit gerecht.

”

JELLE

📷 The Messy Chef



75 min



4 personen

### INGREDIËNTEN BALLETTJES

500g gemengd gehakt  
5 reepjes geroookt spek  
3 stronken witloof  
Klontje boter  
2 takjes tijm  
1 tl mosterd  
1 ei  
80 g paneermeel  
Peper en zout

### INGREDIËNTEN SAUS

40 g ongezouten boter  
800 ml volle melk  
1 tl nootmuskaat  
200 g Brugge kaas  
Peper en zout  
80 g bloem

### INGREDIËNTEN AFWERKING

700 g aardappelen  
½ tl nootmuskaat  
100 ml melk  
2 el kappertjes  
1 tl bloem  
70 g kervel

### BEREIDING

Snij het witloof fijn. Snij de plakjes geroookt spek in fijne reepjes en bak alles aan in een klontje boter tot wanneer het witloof mooi gekarameliseerd is.

Doe het gehakt in een grote kom samen met het eitje, paneermeel en het witloofmengsel. Kruid met peper en zout, voeg de mosterd toe en roer alles goed onder mekaar.

Rol 12 ballen van het gehakt. Leg ze op een bord en laat 10 min afkoelen in de koelkast

Smelt de boter in een sauspan. Voeg de bloem toe en roer met de garde. Kruid met de nootmuskaat. Voeg stelselmatig de melk toe. Roer goed tot wanneer je een mooi gebonden saus hebt. Kruid bij met peper en een snufje zout. Voeg ¾ van de kaas toe.

Verwarm de oven op 200 graden.

Doe een klontje boter in een grote pan en bak daar de gehaktballen kort aan zodat ze een mooi kleurtje hebben.

Neem een ovenschaal en doe daar de saus in. Leg de gehaktballen er in en bedek met de overgebleven kaas. Zet 15 min in de oven en vervolgens 1 minuut onder de grill.

Schil de aardappelen, snijd in stukken en kook gaar in gezouten water. Pureer tot een zachte puree.

Droog de kappertjes tussen 2 velletjes keukenrol. Strooi er een beetje bloem over. Doe een scheutje neutrale olie in een pan. Bak de kappertjes krokant en haal uit de pan. Laat nog even rusten op een vel keukenrol.

Serveer en werk af met verse kervel.

# VOLKOREN PENNE MET KRUIDENPESTO, POMPOEN EN GEHAKT- BALLETJES MET FLANDRIEN GRAND CRU



# VOLKOREN PENNE MET KRUIDENPESTO, POMPOEN EN GEHAKTBALLETJES MET FLANDRIEN GRAND CRU

Recept van Pieter

“ Zelf pesto maken is helemaal niet moeilijk. Combineer het met volkoren penne, veel groenten en zelfgerolde balletjes met Flandrien kaas. Perfecte comfortfood voor een koude herfstavond met de kids. Lekker en gezond. ”

PIETER

Coer de Boef



90 min



4 personen

## INGREDIËNTEN KRUIDENPESTO

1 teen look  
15 g basilicum  
15 g dille  
15 g munt  
50 g Flandrien Grand Cru (geraspt)  
50 g pijnboompitten (geroosterd)  
100 ml olijfolie  
Peper & Zout

## INGREDIËNTEN PASTA

300 g volkoren penne  
¼ grote butternutpompoe  
1 teen look  
Olijfolie  
150 g spinazie  
150 g kerstomaaten  
½ courgette  
Peper  
Zout  
50 ml room  
50 ml kookvocht  
100 g pesto  
Peper & Zout

## INGREDIËNTEN GEHAKTBALLETJES MET FLANDRIEN GRAND CRU

500 g gemengd gehakt  
5 el paneermeel  
1 ei  
Peper  
10 g peterselie  
50 g Flandrien Grand Cru (geraspt)

## INGREDIËNTEN AFWERKING

Enkele el pompoenpitten (geroosterd)  
Flandrien Grand Cru

## BEREIDING

Verwarm de oven op 180°C.

Maak de pesto. Doe alles in een cutter en mix tot pesto. Heb je pesto over? Vries hem in, zo heb je altijd verse pesto bij de hand.

Breng een grote pot water aan de kook. Kook de penne gaar volgens instructies op de verpakking. Giet af.

Hou een beetje kookvocht apart.

Maak de balletjes. Meng het gehakt met het paneermeel, ei, peper, peterselie en geraspte kaas. Rol balletjes van het gehakt. Leg ze in een ovenschaal met bakpapier. Plaats in de warme oven en bak ze gaar gedurende 12 à 15 minuten.

Halveer de pompoen. Snij in stukjes. Doe in een ovenschaal. Besprenkel met olijfolie. Plaats in de oven. Bak tot gaar. 20 à 30 minuten afhankelijk van de grootte van de pompoen.

Neem een wokpan. Pel en snij de look fijn. Snij de courgette in stukjes. Verhit olijfolie in de wokpan. Voeg de look toe.

Bak even en voeg daarna de spinazie, kerstomaatjes, geroosterde pompoen en spinazie toe. Stof alles aan tot de spinazie gekrompen is. Kruid met peper en zout.

Voeg de pesto, room en wat kookvocht toe aan de groenten. Laat even inkoken. Doe er de balletjes bij.

Verdeel over de borden. Kruid met peper en zout.

Werk af met pompoenpitten en wat geraspte kaas.

# KOREAANSE GEHAKTBALLETJES MET RIJSTNOEDELS EN BIMI



# KOREAANSE GEHAKTBALLETJES MET RIJSTNOEDELS EN BIMI (GOGI WANJA JORIM)

Recept van Sin

“

In Zuid-Korea worden deze balletjes als aperitiefhapje gegeten, maar door er rijstnoedels en bimi aan toe te voegen kan je het serveren als hoofdgerecht. De gestoomde bimi heeft een knapperige 'bite' en past geweldig goed met de noedels en de zoete, sappige en smaakvolle gehaktballetjes. Enjoy!

”

SIN

📷 Food by Sin



90 min



4 personen (± 25 à 30 gehaktballen)

## INGREDIËNTEN RIJSTNOEDELS

250 g rijstnoedels  
1 groentenbouillonblokje  
50 ml sojasaus  
1 el bruine suiker  
2 el sesamololie  
1 kl look  
Sesamzaadjes

## INGREDIËNTEN GEHAKTBALLETJES

600 g gemengd gehakt (varken-rund)  
4 shiitakes  
1 kleine ui  
2 lente-uien in ringen

1 ei  
1 el sojasaus  
2 teentjes look  
1 cm gember  
2 el paneermeel  
1 kl gochujang  
1 el verse gemalen peterselie

Zout en zwarte peper  
Bloem (om de balletjes in te wentelen)

## INGREDIËNTEN JORIMJANGSAUS

2 el bruine suiker  
6 el sojasaus  
6 el rijstwijn (of mirin)  
6 el water  
4 el honing  
4 teentjes look  
2 cm gember  
1 kl gochujang  
scheutje rijstazijn

Afwerking: pindanoten, lente-ui

## INGREDIËNTEN BIMI DRESSING

400 g bimi (broccolini)  
3 el sojasaus  
2 el rijstazijn  
2 el sesamololie  
1 el honing  
1 lente-ui in ringen  
1 teentje look  
1 cm geraspte gember  
scheutje limoensap  
Sesamzaadjes  
Optioneel: chilipepers in ringen



## BEREIDING

Snijd de ui en shiitakes in zeer fijne stukjes. Snijd de lente-uien in de lengte door de helft en daarna in fijne ringen. Klop het eitje los in een kom.

Doe alle ingrediënten voor de gehaktballetjes (behalve de bloem) in een kom en meng met je handen. Kneed niet te lang anders kunnen de gehaktballen taai en hard worden.

Rot balletjes en wentel ze in de bloem.

Doe een beetje olie in een antikleefpan en zet op medium vuur. Bak de gehaktballetjes een 5-tal minuten tot ze een goudbruin korstje hebben. Draai regelmatig om. De balletjes hoeven nog niet gaar te zijn vanbinnen want ze zullen nog even verder bakken in de saus. Haal de balletjes uit de pan en zet opzij.

Meng alle ingrediënten voor de saus in een pan en breng aan de kook op medium vuur tot de saus een beetje ingedikt is. (3 à 4 minuten)

Voeg de gehaktballetjes toe aan de saus en roer om zodat alle balletjes bedekt zijn met een laagje saus. Bak de balletjes een 5-tal minuten op medium vuur. Doe het deksel op de pan en laat nog 15 minuten op laag vuur verder sudderen. Roer regelmatig om.

Breng water en 1 groentenbouillonblokje aan de kook. Kook de rijstnoedels volgens de verpakking. Giet af en meng met 1 koffielepel look, 2 eetlepels sesamololie, 50 ml sojasaus, 1 eetlepel bruine suiker en sesamzaadjes. Spoel de bimi en snijd het onderste deeltje af. Besprenkel met 1 eetlepel sesamololie en laat 8 minuten stomen. Zet het vuur af en laat even rusten met het deksel op de pan.

Meng alle ingrediënten voor de bimi dressing.

Leg de noedels, balletjes en bimi in een serverbord. Besprenkel de broccolini met de dressing en serveer de balletjes met een beetje saus. Werk de balletjes af met gehakte pindanoten.

**OPTIONEEL** : Versier het bord met sesamzaadjes, limoenschijfjes, chilipeper en verse peterselie.

## EXTRA SAUS

De balletjes zijn geglaceerd met een kleverige saus en zijn dus absoluut niet droog. Maar in onze Belgische keuken vinden we het vaak fijn om wat extra saus over onze balletjes te gieten. Dus voor de sausliefhebbers heb ik nog enkele tips om met het restje in de pan een lekker sausje te maken.

Voeg een beetje water (200 ml) en een half bouillonblokje toe aan de pan en schraap alle aangebakken restjes los met een houten lepel.

Breng de saus aan de kook tot je de gewenste dikte bekomt. Voeg eventueel een beetje maïszetmeel toe.

Breng op smaak met zwarte peper en zout.

Doe de saus door een vergiet zodat je geen brokjes of vleesresten meer hebt en serveer in een klein schaalpje voor de sausliefhebbers.

# SPAGHETTI POMPOEN MET PITTIGE BALLEKES



## SPAGHETTIPOMPOEN MET PITTIGE BALLEKES

Recept van Stefaan

“ Genieten van deze heerlijk hartverwarmende comfortfood! ”

STEFAN

📷 Blog Vivant



🕒 90 min

👤 4 personen

### INGREDIËNTEN

600 g gemengd gehakt  
2 spaghettipompoenen  
2 blikken gepelde tomaten  
(2x400 gram bij voorkeur Mutti)  
2 grote wortelen  
1 grote ui  
3 teentjes knoflook  
250 ml water  
2 bollen mozzarella  
3 eetlepels room  
3 eetlepels paneermeel  
1 ei  
olijfolie  
klont bakboter  
kruiden  
2 tl Chili  
2 tl Tijm  
2 tl Smoked sweet paprika  
1 tl Ras El Hanout  
1 tl Rozemarijn  
1 tl Oregano

### BEREIDING

Verwarm de oven voor op 200 graden.

Snij de spaghettipompoenen in 2 (in de lengte). Haal de pitten eruit. Smeer de binnenkant van de spaghettipompoen in met olijfolie en bestrooi met ras el hanout en smoked sweet paprika poeder. Leg de spaghettipompoenen op een bakplaat met bakpapier met de snijkant naar beneden en zet ze 40 minuten in de oven.

Tijdens deze 40 minuten begin je aan de saus en de ballekes. Versnipper de ui en look en snij de wortel in kleine blokjes. Stoof de ui en look. Voeg er de wortelen aan toe en stoof 5 minuten aan. Voeg de 2 blikken gepelde tomaten toe. Voeg 250 ml water toe. Voeg de kruiden toe: chili, rozemarijn, oregano, smoked sweet paprika, tijm, zout en peper. Laat alles op een middelmatig vuur verder sudderen.

Start dan met de ballekes. Voeg het gehakt in een grote kom. Voeg de kruiden toe : ras el hanout, chili, smoked sweet paprika, tijm, zout en peper. Voeg er de room, paneermeel en ei aan toe. Kneed alles goed met de handen. Maak middelgrote "ballekes". Bak deze op een braadpan met bakboter mooi bruin. Voeg ze dan toe aan de tomatensaus.

Na 40 minuten halen we de pompoen uit de oven. Trek het pompoenvlees in slierten met een vork. Vul de pompoen met de tomatensaus en ballekes. Afwerken met 3 schijfjes mozzarella per halve spaghettipompoen. Nog wat oregano erover strooien. Plaats alles nog eens 20 minuten in de oven tot de kaas mooi gesmolten is.

Geniet van deze heerlijk hartverwarmende comfortfood!

# SOFIE

RECEPTEN

# DUMONT

“ HEY, LEKKER BALLEKE ”



# BALLETJES MET VENKEL, SPINAZIE, ORZO EN PARMEZAAN



## BALLETJES MET VENKEL, SPINAZIE, ORZO EN PARMEZAAN

“ Balletjes, daar word je toch altijd blij van! We kennen allemaal de all time klassieker ballekes in tomatensaus met puree of frietjes maar deze keer wou ik een recept maken met extra veel groenten, verse kruiden en orzo. Alles wordt bereid in een grote stoofpot, waar je ook zeer blij gaat van worden! ”

SOFIE

📷 Sofiedumontchef



40 min



4 personen

### INGREDIËNTEN BALLETJES

800 g varkensgehakt  
4 teentjes look  
1 sjalot  
5 blaadjes verse salie  
2 sneetjes wit brood  
100 ml melk  
½ bot dille  
Peper en zout

### REST INGREDIËNTEN

8 el orzo (Griekse pasta)  
2 teen look  
1 zoete ui  
1 venkel  
6 blaadjes salie  
125 g baby spinazie  
125 ml room  
1 glas sherry  
400 ml kalfsfond  
1 bot peterselie  
½ bot venkel  
Boter  
80 g geraspte  
Parmezaanse kaas

### BEREIDING

Snij de korsten van het brood en week het kruim in melk.

Snij alle kruiden zeer fijn alsook de ui en look.

Knijp wat melk uit het brood en voeg alles samen bij het gehakt.

Kruid met peper en zout, meng goed onder elkaar en maak balletjes van de grootte van een pingpong bal.

Was de venkel en snij in niet te kleine stukken.

Laat een flinke klont boter in een grote stoofpot schuimen en leg er de balletjes in, daarna de stukken venkel. probeer zorgvuldig zowel de balletjes als de venkel rondom rond aan te kleuren, leg ze op een bord en hou opzij.

Stoof de fijngesneden ui en look aan in de overgebleven vetstof en kleur opnieuw wat aan, voeg de volledige blaadjes salie bij, bak even mee en blus met de sherry.

Voeg nu room, bouillon, orzo, balletjes en venkel toe.

Laat 15 min verder sudderen onder deksel, na 10 min roer je er de spinazie onder, weer deksel erop.

Op het einde roer er je de fijn gesneden verse kruiden en de kaas onder.

Het feest kan beginnen!

# LUIKSE BALLETTJES MET KNOLSELDER PUREE EN WITLOOFFSLA



## LUIKSE BALLETTJES MET KNOLSELDERPUREE EN WITLOOFSLA

“ Een lekkere bistro klassieker die je ook makkelijk thuis klaar maakt. Balletjes met saus en puree lust toch iedereen, daarbij een witloofsalade met mayonaise geserveerd, mmmm! ”

SOFIE

📷 Sofiedumontchef



🕒 40 min

👤 4 personen

### INGREDIËNTEN BALLETTJES

800 g gemengd gehakt  
1 bot krulpeterselie  
2 teentjes look  
1 sjalot  
70 g wit brood zonder korst  
100 ml melk  
1 ei

Peper en zout

### INGREDIËNTEN SAUS

1 el boter  
2 grote ajuinen  
Tijm & laurier  
1 el bloem  
1 el mosterd  
1 kl azijn  
2 el Luikse siroop  
500 ml kippen of kalfsbouillon  
Peper en zout

Serveer met [knolselderpuree](#)  
en [witloofsalade](#).

### BEREIDING

Snij de korst van het brood en week het kruim in melk.

Schil look en sjalot, rasp look en snij sjalot fijn en voeg bij gehakt.

Snij de peterselie fijn, voeg samen met peper en zout, het ei en het uitgeknepen kruim toe aan het gehakt.

Vorm balletjes de grote van een pingpong bal en bak ze rondom rond mooi aan in een grote stoofpot, schep ze eruit en voeg de fijngesneden uiringen toe, laat ze even aanbakken tot ze mooi gekleurd zijn, voeg een extra stukje boter toe als het geheel te droog is.

Voeg de bloem toe, meng tot je die niet meer ziet en blus met helft van de fond, roer goed los. Voeg nu mosterd, azijn, siroop en rest van de fond toe, kruid met peper en zout.

Laat 2 min inkoken en voeg de gebakken balletjes weer toe, zet deksel erop en laat 10 min zachtjes verder sudderen.

Serveer met de puree en witloofsalade.

# BALLETJES MET KRIEKEN EN PUREE



“ Het zout-zure in dit gerecht maakt me intens gelukkig en het is ook een zeer nostalgisch gerecht dat me doet denken aan mijn grootmoeders. De balletjes met liefde geknead en gedraaid, met hun zelf opgelegde krieken vanuit hun tuin, echt feest! ”

SOFIE

📷 Sofiedumontchef



30 min



4 personen

### INGREDIËNTEN BALLETJES

850 g gemengd gehakt  
varken rund  
2 uien  
2 el fijngesneden peterselie  
Peper en zout  
1 ei  
2-3 el paneermeel  
2 klontjes boter  
Enkele blaadjes laurier

### INGREDIËNTEN KRIEKEN

1 pot krieken van 700g  
1 stok kaneel  
2 zestes van appelsien  
1 el maïzena

1 zak krokettes naar keuze

1 pot verse [mayonaise](#)

[Aardappelpuree](#)

### BEREIDING

Verwarm de oven op 190°

Snij de ui fijn en kleur aan in een klont boter, laat afkoelen.

Meng het gehakt goed met de rest van de ingrediënten en de afgekoelde ui, verdeel in 8 en maak mooie ronde ballen.

Laat opnieuw een klont boter smelten in de pan en bak de balletjes 5 min rondom rond aan in de boter met laurier, steek nog 20 min in de oven.

Giet enkel het sap van de krieken in een pot, hou ongeveer 150 ml apart en meng hier een eetlepel maïzena onder.

Laat het sap opkoken en voeg de maïzena mengeling toe, roer even goed door, voeg de zeste van appelsien en kaneel toe en meng er de krieken onder, laat kort opkoken en dat is klaar.

Bak de krokettes af en serveer onmiddellijk.

Smakelijk!

# BALLEKES IN TOMATENSAUS



“ En grote pot vers gemaakte klassieke tomatensaus, met daarin schone lekkere gebakken ballekes, heeeeerlijk is dat! Ik eet ze het liefst met aardappelpuree of toch met frietjes en wat mayo, moeilijke keuze! Wat geef jij erbij? ”

SOFIE

📷 Sofiedumontchef



60 min



4 personen

#### INGREDIËNTEN TOMATENSAUS

1 el boter  
 4 dikke wortels  
 1 grote ui  
 3 selderstengels  
 4 teentjes look  
 Tijm & laurier samengebonden  
 150 g fijne sneetjes gerookt spek, fijn gesneden  
 1 potje tomatenconcentraat  
 1 klein chilli pepertje  
 Peper en zout  
 2 el Balsamico crème  
 800 g gepelde tomaten  
 800 ml water

#### INGREDIËNTEN BALLETJES

2 el boter  
 1 kg gemengd gehakt  
 1 ei  
 2 el fijne peterselie  
 1 sjalot  
 60 g chapelure  
 Peper en zout

#### BEREIDING

Schil de ui en look en snij fijn, laat aankleuren in boter samen met het spek.

Schil wortelen en snij samen met de selder grof. Voeg de grofgesneden wortelen en selder toe aan de ui, look en spek en laat even meebakken.

Doe het tomatenconcentraat erbij en laat nog even meebakken.

Blus nu met de gepelde tomaten en het water, kruid met peper en zout en voeg de samengebonden tijm en laurier, chili en balsamico crème toe. Laat de saus 40 min sudderen.

Meng intussen alles onder elkaar voor de ballekes, rol mooie ronde bolletjes, bak ze rondom rond bruin aan in boter. Wanneer ze gebakken zijn, hou je ze even opzij.

Verwijder de samengebonden tijm en laurier en mix de saus fijn, proef en kruid eventueel bij met peper en zout. Zeef de saus door een fijne zeef in een grote pot.

Doe er de ballekes bij en laat 5 min rustig sudderen.

Serveer met aardappelpuree, pasta, frietjes of rijst, you choosssse!



# BATTLE RECEPTEN AT HOME

“ GE ZIJT DE BALLEKES IN MIJN SOEP ”

# BALLEKES TANDOORI



“ Superlekkere balletjes met een Oosters tintje. ”

Recept van:  
ANNEMIE



30 min



3 à 4 personen

#### INGREDIËNTEN

500 gr gemengd gehakt - gekruid (runds/varken)  
2 rode ajuinen  
1 tomaat  
2 rode paprika's  
200 gr prinsessenboontjes  
1 courgette  
1 rood pepertje  
1 potje rode currypasta  
125 ml room  
125 water  
8-tal blaadjes verse munt  
Olijfolie  
Zwarte peper  
Zout  
**TANDOORI MENGELING:**  
1 tl komijn (poeder of fijngemalen zaad)  
3 kruidnagel  
0,5 tl kaneel

#### BEREIDING

Maak de balletjes op traditionele wijze (gehakt, eitje, chapelure). Hak de munt fijn en voeg dit bij het gehakt. Draai de balletjes.

Snij de ajuin, de tomaat en de courgette in blokjes. Snij de paprika's in reepjes (0,5 cm). Snij de boontjes in stukjes van +/- 3 cm. Snij het pepertje -> doseer de pitjes naargelang de gewenst pikante smaak.

Bak de balletjes in een grote pan in de olijfolie tot bijna gaar. Neem uit de pan. En voeg wat olijfolie toe indien nodig en stook in dezelfde pan kort de ajuin.

Voeg alle groenten toe. Kort opbakken gedurende een 3-tal minuten. Voeg de currypasta en tandoori mengeling toe en laat deze wat meebakken. Voeg het water toe en laat een 5-tal minuten stoven. Voeg de room toe.

Voeg tenslotte de balletjes toe en laat het geheel sudderen  
Super easy - Smakelijk!

#### WIL JE NOG MEER EEN OOSTERSE TOETS?

- vervang de courgette door aubergine.
- vervang de munt door koriander.
- vervang de room door volle yoghurt.

# GEHAKTBALLETJES MET RICOTTA, PASTA, PESTOROOMSAUS MET PISTACHENOTEN EN SPINAZIE




## GEHAKTBALLETJES MET RICOTTA, PASTA, PESTOROOMSAUS MET PISTACHENOTEN EN SPINAZIE

“ Gehaktballetjes met ricotta op de met pestoroomsaus overgoten pasta en spinazie. ”

Recept van:  
SOFIE



 35 min

 4 personen

### INGREDIËNTEN

500 gr varkens gehakt  
240 gr pasta naar keuze  
400 gr jonge bladspinazie  
1 ei  
2 eetlepels broodkruim  
200 gr ricotta  
2 eetlepels gehakte peterselie  
400 ml room  
1 koffielepel groentebouillon

Pesto met pistachenoten  
60 gr pistachenoten  
50 gr geraspte parmezaanse kaas  
6 eetlepels olijfolie  
Lookpoeder

Nootmuskaat  
Zwarte peper  
Zeezout

### BEREIDING

Meng het gehakt met het ei, de broodkruim, ricotta en verse peterselie. Kruid met peper en zout. Maak er balletjes van (40-tal).

Mix de pistachenoten met de parmezaanse kaas en olie. Kruid met lookpoeder, peper en zout.

Bak de balletjes in een braadpan op een middelhoog vuur (+/-10min). Draai regelmatig om.

Kook ondertussen de pasta beetgaar. Giet af.

Warm ondertussen ook de room op in een pannetje, voeg de groentebouillon en pesto toe. Roer goed.

Bak de spinazie in weinig olie. Kruid met nootmuskaat, peper en zout.

Serveer de gehaktballetjes met ricotta op de met pestoroomsaus overgoten pasta en spinazie.

# CHILI CON CARNE BALLS



“ Chile con carne maar dan met balletjes, zure room, vers gemaakte guacomole én nacho chips. ”

Recept van:  
**FARAH**



1 uur



4 personen

**INGREDIËNTEN CHILIBALLS:**

750 gr gemengd gehakt  
 1 ui gesnipperd  
 1 ei  
 1 rode chilipeper gesnipperd  
 paneermeel

**INGREDIËNTEN CHILI:**

2 eetlepels olijfolie  
 1 grote ui fijn gesneden  
 1 rode en 1 gele paprika in reepjes gesneden  
 2 teentjes knoflook geperst  
 chilipoeder  
 paprikapoeder  
 komijn  
 runderbouillon  
 1 fles passata

2 et tomatenpuree  
 1 blik rode bonen

**INGREDIËNTEN GUACOMOLE**

**EN ZURE ROOM:**

2 rijpe avocado's  
 guacomole kruiden (zakje uit het Mexicaanse gamma in supermarkt)  
 1 doosje zure room

**BEREIDING**

Maak de balletjes: meng gehakt met fijngesneden chilipeper, ui, paneermeel en ei. Rol balletjes ter grootte van een pingpong bal. en zet ze 15 min in de oven (170 graden)

Chili maken met paprika, ui, look, kruiden, bouillon en passata. Doe de olijfolie in een kookpot en fruit de uit en de paprika. Zodra die glazig zijn, voeg je de look chilipoeder, paprikapoeder en komijn toe. Goed roeren en eventjes laten meebakken. Blus met de bouillon en de passata. Voeg de tomatenpuree toe en laat nog 20 minuten sudderen. Spoel de bonen en voeg ze de laatste 5 minuten toe samen met de balletjes.

**TIPS**

Presenteer bv. in een paella pan zodat iedereen kan opscheppen.

Geef iedereen een potje met zure room, guacomole en nacho chips zodat iedereen naar wens dat bij hun balls kunnen doen of er in dippen. Is ook een mooie kleurencombinatie : rood - groen-wit.



**NOG MEER GERECHTEN  
MET BALLEKES  
OP SOFIEDUMONT.BE**



**OF OP  
LEKKERVANBIJONS.BE**

