

# Gehaktbal met inhoud



## Hoofdgerecht

vlees

**4 personen**

**Land:** Engeland

**Vorbereiding:** 30 minuten **Bereidingstijd:** 15 minuten

**Seizoen:** het hele jaar door



## Ingrediënten

- 5 kleine eieren
- 250 gram braadworst
- 2 tl Worcestershiresaus
- 1 el bloem
- zout & peper
- 5 el paneermeel
- frituur

## Bereidingswijze

1. 4 eieren in ca. 10 min. hard koken. Met koud water afspoelen. pellen en laten afkoelen.
2. Vel van de braadworst open knippen vlees in kom doen. Worcestershiresaus erdoor mengen.

3. Gehakt in 4 stukken verdelen en platdrukken.
4. In diep bord bloem, zout en peper mengen. Gekookte eieren door bloem wentelen, zodat alle kanten bedekt zijn met bloem. Op elk stuk gehakt 1 ei leggen. Gehakt rond ei vouwen en met vochtige handen tot gladde bal vormen.
5. In diep bord laatste ei loskloppen. Op plat bord paneermeel strooien. Gehaktballen eerst door ei, dan door paneermeel wentelen. zodat alle kanten bedekt zijn met paneermeel. Tot zover kan alles voorbereid worden.
6. Frituurvet verhitten tot 175 graden. Gehaktballen in ca. 4 à 5 minuten goudbruin en gaar frituren. Op keukenpapier laten uitlekken.

## Tenslotte

Tijdens het programma " Het TV moment van het jaar 2008" eindigde Eurokok Martin, tv-kok van RTV N-H op de zevende plaats. In het fragment maakt hij een 'gehaktbal kiekeboe'. Met ei, zout, peper, peterselie, paneermeel en een gekookt ei. 'En gehakt,' zegt de verslaggever. 'Ja, hoe kun je nou een gehaktbal maken zonder gehakt, gehaktbal!' snauwt Martin. En dan volgt het bonusingrediënt: 'Ik heb wel vuile nagels, maar die worden vanzelf schoon.' Oorspronkelijk is het een Schotse vinding en wordt dan ook Scotch eggs genoemd. Er bestaat ook een overheerlijke Syrische/Libanese variant "**Kebbé be beïd**". Kebbé is eigenlijk een gerecht op basis van vlees en bulgur, maar er bestaan veel variaties: rauw, in de oven gebakken, gekookt, in de koekenpan gebakken, ronde balletjes en afgeplat, van rundvlees, van kip, van vis of van groenten. Het vlees voor kebbé moet twee keer in de foodprocessor worden gehakt, zodat het heel fijn is. Meng 100 gr bulgur, 1 ui, wat zout, 1 tl zevenkruidenmengsel (verkrijgbaar bij de Turkse winkel) en een snuf zuiveringszout (verkrijgbaar bij drogist en toko) in de foodprocessor. Voeg 250 gr rundergehakt toe en laat nogmaals draaien tot alles goed gemengd is. Vorm een bal van het mengsel en kneed die met de duimen goed door, afgedekt door rekbaar plasticfolie. Herhaal dit een aantal keren. Leg de bal in de koelkast. Kook 8 eieren 8 minuten en pel ze. Verdeel het vleesmengsel in acht balletjes ter grootte van een ei. Leg de balletjes een voor een in de vochtig gemaakte handpalm en hol ze met de duim van de andere hand voorzichtig uit zonder de wand te beschadigen. Ga door tot de ontstane holte groot genoeg is om er een ei in te stoppen. Sluit de opening boven de eieren en maak er met vochtige handen mooie gladde balletjes van. Bak de balletjes 20 minuten in de koekenpan in 20 gr boter of in de op 200 graden voorverwarmde oven en keer ze daarbij regelmatig om. Snijd de balletjes in de lengte in vieren en serveer ze warm of koud, bestrooid met wat zout en peper. Tot slot iets heel deftig's: "**Kalfsgehaktballen met coquilles**". Meng 500 gr kalfsgehakt met 4 fijngehakte tenen knoflook, 2 eieren, 2 el geraspte Parmezaan, 1 el venkelzaad (gemalen), sap van een halve citroen, 6 cream crackers, verkruid, 2 el fijngehakte peterselie, peper & zout. Verdeel het gehakt in acht porties, en maak er ronde schijven van. Duw in iedere gehakt-schijf een coquille (je hebt dus 4 coquilles nodig), leg er een tweede schijf op, en vorm zo tot een bal. Bak ze om en om bruin in olijfolie, twee minuten per kant, en braad ze daarna 15 minuten in een oven op 180 graden. Eet er pasta bij, met tomatensaus.