

Gehaktballen in bouillon met uiensaus

Gehaktballen met uiensaus, enige tijd geleden tijdens onze korte vakantie in Duitsland gegeten bij zo'n plaatselijk imbiss. Gemaakt door moeders (uiteraard). Zalig! en ben vervolgens zelf aan de slag gegaan om hier een iets gezondere draai aan te geven.

Allereerst de gehaktballen, gebraden en gegaard in vet vind ik vaak te zwaar, dus gekozen om de ballen te garen in bouillon. En verder gekozen voor een donker bier, deze is van zichzelf al wat zoeter dan "gewoon"bier. Toch nog een schepje suiker toegevoegd om het bittertje wat te verminderen. Kortom, al met al een geslaagde metamorfose van een traditioneel Duits gerecht.

Ingrediënten gehaktballen

- 500 gram rundergehakt
- 1 ei
- 2 a 3 eetlepels paneermeel
- Zout en peper naar behoefte
- 2 eetlepels ketjap manis
- 1,5 a 2 eetlepels grove mosterd
- 1/4 theelepel cayennepeper (of meer als je graag pittig wilt)
- 500 ml rundvleesbouillon
- 3 tot 4 eetlepels bakboter

Ingrediënten uiensaus

- 50 gram bloem
- 50 gram boter
- 4 grote uien
- 1/2 flesje donker bier
- 100 ml bouillon
- 1 kleine eetlepel bruine suiker
- olijfolie of een ander soort vet

Bereiding gehaktballen

Meng alle ingrediënten goed door elkaar (m.u.v. bakboter en rundvleesbouillon).

Verdeel het mengsel in 6 porties en draai met vochtige handen mooie gehaktballen.

Verwarm de bakboter in de pan en bak de gehaktballen kort rondom mooi bruin.

(let op: dit hoeft maar kort, alleen voor de bruine kleur, garen komt later).

Verwarm in een andere pan de rundvleesbouillon en voeg dit bij de gehaktballen (bakvet weggooien).

Deksel op de pan en de ballen rustig in ongeveer 10 minuten laten garen.

Bereiding uiensaus

Snipper de uien. Verwarm de olijfolie en smoor de uien op laag vuur gaar.

Haal ze uit de pan en zet dit even apart.

Verwarm de boter in de pan en voeg de bloem toe, goed roeren. Je krijgt nu een dikke massa (de roux voor de saus).

Voeg beetje bij beetje het bier* toe en vervolgens de bouillon (die hoef je niet te maken, haal wat bouillon uit de pan met de gehaktballen).

Wel telkens regelmatig roeren zodat er geen klontjes in je saus komen.

Laat de saus zo'n 3-4 minuten zacht pruttelen (= koken, hiermee voorkom je dat je saus naar bloem smaakt).

Voeg ongeveer de helft van de gesmoorde uien en de suiker toe en maak dit met een staafmixer fijn.

Als laatste... de rest van de uien erbij, alles nog even doorverwarmen en klaar is je uiensaus.

Serveer de gehaktballen met uiensaus, rode kool en eventueel gekookte aardappels.

*ik heb 200 ml gebruikt, maar wil je meer bier gebruiken, dat kan natuurlijk ook, wellicht moet je er dan wel iets meer suiker bij doen omdat bier bitter is.

Eet smakelijk!