

Recept voor 4 personen

Ingrediënten

- 1 ei
- 2 eetlepels paneermeel
- 2 teentjes knoflook
- 1½ theelepel komijn
- Peper en zout
- 1 ui
- 400 gram tomatenblokjes
- 100 ml rode wijn
- 1 theelepel oregano
- 1 klein snufje kaneel
- Olijfolie

 Bereiden in: koekenpan
braadpan

 Voorbereiding: 15 min.

 Bereiding: 20 min.

Wist u dit

•
De combinatie van komijn én een klein snufje kaneel is typisch voor dit gerecht. U proeft geen kaneel zoals in gebak; het maakt de tomatensaus juist warm en voller van smaak.

Bereiding

- 1 Meng het gehakt met het ei, paneermeel, fijngehakte knoflook, komijn, peper en zout.
- 2 Vorm er langwerpige gehaktrolletjes van.
- 3 Bak de rolletjes rondom mooi bruin in wat olijfolie en haal ze daarna even uit de pan.
- 4 Snipper de ui en bak deze in dezelfde pan zacht.
- 5 Voeg de tomatenblokjes, rode wijn, oregano en kaneel toe.
- 6 Laat de saus een paar minuten zachtjes pruttelen.
- 7 Leg de gehaktrolletjes terug in de saus.
- 8 Laat alles nog 15–20 minuten zacht stoven.

Voor meer recepten ga naar:

www.sameneenkoekopen.nl/recepten