

Maaltijdsoep met gehaktballetjes en kidneybeans



Gerechten: Soep

Bron: Appetijt - L. Van den Bos

Ingrediënten

Gemengd gehakt
gehaktkruiden (Verstegen)
ei
paneermeel

runderbouillon (zie recept)
kidneybeans

ui
prei
winterwortel
bleekselderij
tomatenpuree
zout en peper

stokbrood
gerookte spekreepjes
geraspte kaas

Bereiding

Kidneybeans de avond voor de bereiding in koud water weken.

Runderbouillon maken (zie recept)
Gehaktballetjes maken van gehakt, kruiden, ei en paneermeel (dubbele grootte van gewone soepballetjes).

Runderbouillon door een zeef doen en het vlees van de runderschenkel in kleine stukken snijden.

De groenten schoonmaken en in gelijkmatige niet te kleine stukken snijden.

Het weekwater van de bonen verwijderen en de bonen goed spoelen onder koud stromend water.

Bouillon met de bonen, gehaktballetjes, tomatenpuree en de gesneden groenten in de pan van de

multicooker doen. Deksel met gesloten ventiel plaatsen en de knop 'soup' indrukken met start.

Na de bereidingstijd (30 minuten + voor verhitting ongeveer 15 minuten) de multicooker 15 minuten op warmhoud stand laten staan en dan het ventiel voorzichtig openen. Wacht even tot alle stoom ontsnapt is en doe dan het deksel van de pan om de soep te beoordelen op smaak, vulling en gaarheid.

Stokbrood in plakken snijden, beleggen met spekreepjes en geraspt kaas en onder de ovengrill gratineren.

Notities

Deze verwarmende maaltijdsoup met groenten, bonen en vlees vormt samen met de gegratineerde broodjes een complete maaltijd. Ze is bereid in een multicooker (ik gebruik de Crockpot Express) maar kan evengoed (mits wat aanpassingen) in een pan op het fornuis bereid worden.

Foto's

