



HET RECEPT VAN OUSSAMA

“Dit gerecht kun je gebruiken als voorgerecht bij de avondmaaltijd, maar is ook ideaal te gebruiken als lunch. Neem er dan een sneetje volkorenbrood bij. Dus als je iets over hebt van dit recept, gooi het dan niet weg, maar gebruik het voor de volgende dag of vries het in.”



TOMATENSOEP MET BALLETTJES

Ingrediënten voor 4 kommen

- 6 (roma) tomaten of 2 blikken gepelde tomaten
- 1 ui
- 2 teentjes knoflook
- 400 ml water
- 3 theelepels tomatenpuree
- 1 bouillonblokje of bouillonpoeder
- 1 theelepel basilicum
- beetje peper

Voor de balletjes:

- 150 gram rundergehakt
- Halve theelepel basilicum
- Halve theelepel oregano
- Halve theelepel peterselie
- Snufje peper en zout
- Circa 2 eetlepels paneermeel/beschuit

Bereiding

- Snijd een uitje in kleine stukjes en snijd de knoflook fijn. Ontvel eventueel de tomaten.

- Voeg na 2 minuten de stukjes tomaat toe. Voeg vervolgens de tomatenpuree toe en bak dit 1 minuut mee. Daarna is het tijd om het water, het bouillonblokje en de basilicum toe te voegen. Laat de soep vervolgens 15 minuten pruttelen.
- Ondertussen meng je het gehakt met de kruiden en het paneermeel. Vorm daarna kleine balletjes van het gehakt.

- Na ongeveer 15 minuten kun je de soep gaan pureren met je staafmixer of blender. Als de soep goed gepureerd is, breng je de soep op smaak met een beetje peper en voeg je daarna de gehaktballetjes toe.
- Laat dit 10 minuten pruttelen en je tomatensoep met balletjes is klaar!