



ingrediënten (4 personen)

- 200 gram rundergehakt
- 200 gram varkensgehakt.
- 100 gram gemalen schapenvlees
- 200 gram oudbakken witbrood
- 4 eetlepels gesnipperde ui
- 4 eetlepels geraspte wortel
- 100 gram fijn geprakte gekookte aardappel
- 6 eetlepels fijngehakte peterselie
- 2 teentjes knoflook uit de knijper
- 1 eetlepel milde paprikapoeder
- 4 eetlepels geraspte pikante kaas
- mespunt gemalen komijn
- peper uit de molen
- zout
- 60 gram bloem
- sojasaus
- 6 eetlepels zonnebloem olie
- 1 middelgrote gesnipperde ui
- 1 in dunne plakken gesneden wortel
- 2 gesnipperde rode paprika's
- 2 gepelde tomaten
- 1/2 liter vleesbouillon van 1 tablet
- 40 gram boter
- komijn poeder

Bereiding.

Doe de drie soorten gehakt in een kom. brokkel daar het brood bij en voeg de ui en de wortel toe, de aardappel en de helft van de peterselie, de helft van de knoflook, en de helft van het paprikapoeder. Voeg de kaas en de komijn toe en zoveel water dat alles tot een samenhangend geheel kan worden geroerd. Roer er dan naar smaak peper en zout door, en een beetje sojasaus.

Schuif het rooster in het midden van de oven en verwarm deze voor op 200 graden. Bestrooi het aanrecht met 4-6 eetlepels bloem en vorm daarop een mooie rol van het gehakt, zonder barsten. Maak de helft van de olie warm in een steelpan. Schenk daarvan 1 of 2 eetlepels olie in de oven vorm of bakblik en leg daarin de rol gehakt. Schenk de rest van de olie uit de steelpan over de rol in de oven vorm en zet deze in de oven. Laat de gehakt rol op 200 graden in ongeveer 30-40 minuten mooi bruin worden.

Verwarm de rest van de olie, fruit daarin de ui, goudgeel en schep er dan de rest van de knoflook door met de wortel, de snippers paprika en de stukken tomaat. Laat alles goed gaar worden en roer er dan de rest van de bloem met de rest van de peterselie door en de rest van het paprikapoeder. Voeg steeds roerende de bouillon toe en laat de bloem goed gaar worden. Draai de gehakt rol in de oven vorm 1x om en verdeel de boter over het gehakt in de oven. Proef de saus, maak die desgewenst wat dunner en pikanter van smaak met komijn poeder, paprikapoeder, peper en zout en sojasaus. Neem de schaal uit de oven, laat het gehakt voor het aansnijden even afkoelen. Roer het braadvet door de saus en giet deze over het gehakt.

Serveer het gehakt met Rijst