



Courgettini met Italiaanse gehaktballetjes en tomatensaus



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

600 gram kalfsgehakt
1 handvol zwarte olijven (ontpit)
1 handvol gedroogde tomaat
1 handvol basilicum
olijfolie
1 ui (fijngesneden)
1 kilogram verse tomaat (ontpit en gepeld)
2 takjes tijm
2 takjes rozemarijn
1 eetlepel oregano
1 scheutje balsamicoazijn
1 scheutje worcestersaus
peper en zout
4 courgetten (klein)

Bereidingswijze

- 1.** Meng het gehakt met de fijngesneden olijven, de fijngesneden tomaten en de gehakte basilicum. Rol er balletjes van ter grootte van een pingpongbal en bak deze mooi goudbruin in olijfolie.
- 2.** Fruit de ui glazig in olijfolie en voeg de tomaten toe. Breng op smaak met de tijm, de rozemarijn, de oregano, de balsamico, de worcestersaus, peper en zout. Laat zonder deksel pruttelen tot je een dikke, ingekookte tomatensaus hebt.
- 3.** Verwijder tijm en rozemarijn. Voeg de balletjes toe en laat ze nog even mee pruttelen.
- 4.** Snij de courgettes in spaghetti (gebruik hiervoor een speciale sliertensnijder). Verdeel de rauwe 'courgettini' over vier borden en schep er dan de balletjes en de tomatensaus over.