

7. Bloemkool met gehaktsaus

Aantal personen: 4

- . 1 bloemkool
- . 300 gram gehakt
- . 1 ui
- . 2 eetlepels olijfolie
- . oregano (naar smaak)
- . 2 eetlepels tomatenpuree
- . 2 eetlepels bloem
- . 1/4 liter bouillon (blokje)

Snijd de bloemkool en kook de bloemkool, in weinig water met wat zout, in 15-20 minuten, net aan gaar.

Fruit intussen de gesnijperde ui lichtbruin in de olijfolie, voeg dan het gehakt toe en bak het, al roerend met een vork, rul. Voeg daarna de tomatenpuree, de oregano en de bouillon toe. Laat deze saus nog ca. 10 minuten pruttelen.

Laat de bloemkool uitlekken, schep hem op een (voorverwarmde) schotel en schenk de gehaktsaus erover.

. Lekker met 125 gram gebakken aardappelen.

Bevat per 225 gram: 160 kcal