

Kødboller i tomatsauce

Opskrift til 4-6

Forberedelsestid

40 minutter

Tilberedelsestid

15 minutter i ovn

Samlet tid

55 minutter

Ingredienser

Kødboller

- 300 g hakket oksekød
- 1 fed hvidløg
- 2 æg
- 1 tsk. salt og en smule sort peber

Tomatsauce

- 1 løg
- 130 g blomkål
- 2 gulerødder (185 g)
- 2 fed hvidløg
- lidt olie til stegning
- 2 dåser hakket tomat
- 2 spsk. tomatpuré
- 2 spsk. balsamico
- 1 knsp. cayennepeber
- 2 tsk. sukker
- 2 tsk. salt + lidt peber

Servering og toppings

- 100 g cheddarost til toppen
- frisk basilikum som pynt
- spaghetti eller ris til servering

Sådan gør du

1. Start med at lave kødbollerne, vendt at blande ingredienserne til farsen sammen.
2. Form en masse små kødboller og steg dem i olie til de tager farve. De behøver ikke at være gennemstegte.
3. Lav så saucen ved at klargøre grøntsagerne. De skal skylles og skæres i mindre stykker. Løg og hvidløg snittes fint.

4. Kom lidt olie i en dyb pande eller wok. Svits grøntsagerne af her i 5 minutters tid.
5. Tilsæt hakket tomat, tomatpuré, balsamico, cayenne, sukker og smag til med salt og peber. Giv det 10 minutter. Tænd icens ovnen på 200 grader
6. Kom nu saucen i et ovnfast fad og læg kødbollerne her i.
7. Top med revet ost og stil fadet ind i ovnen, det skal have omkring 15 minutter. Ivens kan du koge spaghetti.
8. Server med spaghetti og frisk basilikum