

Ingrediënten voor 4 personen

-700 gr.gehakt,-1 eetl.rode sambal,-ham/rookspek,-1/2 kopje olijfolie,-allerlei soorten kleingesneden[reepjes of blokjes]groenten,maak een combinatie uit;1/2 courgette,1/2 rode paprika,1/2 ui,1/2 bakje champignons,stukje groen van prei,1/4 venkelknolletje,1/4 winterwortel,4 eetlepels diepvriesdoperwtjes,paar peuljes,paar bloemkoolrosjes,paar brocolirosjes,2 tot 4 teentjes knoflook enz.enz.enz.-rijst,pasta,couscous,-pittige bruine saus.

Tijd: 30-60 min.
Keuken: Internationaal
Smaak: Pittig
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

ratatouille met pittig gekruid gehakt.

Soms is het nodig om je koelkast weer eens leeg te maken omdat er van allerlei restprodukten inliggen,van groenten tot worst,ham en vlees.Maar bewust gekochte ingredienten vormen eigenlijk het recept.

Hulpmiddelen

Wok,hapjespan,grote koekepan.

Vorbereiding

Zet alle mogelijke grondstoffen en materialen van te voren klaar,-snij alle groenten in reepjes,blokjes,Chineese ruit of een combinatie ervan,-rul en bak het gehakt[zonder vet of olie] totdat er geen vocht meer in zit,laat het gehakt uitlekken in een zeef/vergiet,-snij de ham/rookspek fijn,-snij de knoflook fijn,kook de rijst/pasta/couscous voor.

Bereidingswijze

-verhit de olie in een grote koekepan/wok,smoor de ham/spek aan en voeg de knoflook toe,-roerbak alle gekozen groenten tot de ui glazig begint te worden,-voeg het uitgelekte gehakt en de sambal toe,-maak op een grote mooie schaal een rand van de rijst/pasta en vul het op met de ratatouille.

Serveertips

Met een lichte rode wijn uit Italië.