Broodje Bal

Passie voor koken, passie voor veggie!
Grootkeuken en gezondheid gaan al langer dan vandaag hand in hand. Bij Ter Groene Poorte bewijzen ze dat grootkeukenkoks ook de culinaire vinger aan de pols houden.

In samenwerking met Chefs**pro**Veggie ontwikkelden de leerlingen van het 6e en 7e jaar afdeling grootkeuken enkele lekkere én gezonde gerechten waarin groenten de hoofdrol spelen. Dit is Thibaut's creatie!



Ingrediënten

- 2 kg veggie gehaktballetjes - Greenway
- 20 hotdogbroodjes of krokant broodje
- 250 gr pijnboompitten
- Gran'tapas houmous basilicum - Pietercil Foodservice
- 1 l spuitwater
- polenta
- 1 l olie
- 500 gr kerstomaten
- 400 gr microsalade
- 500 gr kikkererwten - Ardo
- 2 dl ReaLemon citroensap - Pietercil Foodservice

- 10 gr knoflookblokjes - Ardo
- 10 gr komijnzaad, gemalen - Verstegen
- tahin
- groentebouillon
- 1 bundel radijzen

Methode

1. Kook de veggie 'gehakt'balletjes in een groentebouillon of bak ze in de oven - 4min op 180°
2. Snijd het broodje horizontaal doormidden.
3. Steek 3 rondjes uit de bovenste laag.
4. Warm voor de houmous de kikkererwten kort op in de groentebouillon. Giet af - hou wat vocht apart - en blend samen met de knoflook, olijfolie en een beetje kookvocht. Breng op smaak met de komijn, het citroensap, tahin en zout.
5. Schep de houmous in een spuitzak en spuit een paar toefjes tussen de broodjes. Leg de balletjes in de uitgestoken rondjes op het broodje.
6. Rooster de pijnboompitten.
7. Meng de polenta met het spuitwater en de olijfolie.
8. Bak krokant in een anti-kleefpan.
9. Werk af met de basilicumpesto, de microsalade, de pijnboompitten, de radijzen en de kerstomaten.

Fotografie

Foodphoto

Dit recept is van
Ter Groene Poorte

© ChefsproVeggie

info@chefsproveggie.be