



## Gehaktballetjes met spinazie en rijst

### Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Hollands Pannetje Sperziebonen jachtsaus met hamlapjes
- 300 g Spinazie
- 300 g Rundergehakt
- 250 g Champignons
- 2 Sjalot
- 225 g Rijst
- 1.5 el Paneermeel
- 1.5 el Ketchup
- 2 el Olijfolie

### Instructie

1. Meng het gehakt met het sjalotje, paneermeel en de ketchup. Kruid het gehakt naar smaak en draai er kleine balletjes van.
2. Verhit de olijfolie in een hapjespan en bak hierin op hoog vuur de balletjes rondom bruin. Voeg de champignons toe en bak deze 2 minuten mee.
3. Bereid de kruidenmix volgens de aanwijzingen op het pakje en voeg deze toe aan de gehaktballetjes. Laat met de deksel op de pan 10 minuten sudderen.
4. Kook de rijst gaar volgens de aanwijzingen op de verpakking.
5. Voeg de spinazie (met kleine hoeveelheden tegelijk) toe aan de gehaktballetjes en laat deze slinken in de saus. Serveer de gehaktballetjes met de rijst en de spinazie.

### Voedingswaarden tonen

koolhydraten	80 g
Energie	697.26 kcal
vetten	27.54 g
Eiwit	37.73 g

0 Min

3 Porties