

Pastel de Carne (Spaans gehaktbrood) / Pastel de Carne (Spanish Meat Loaf)



Boodschappenlijstje

1 eetlepel olijfolie + extra	50 gram paneermeel
1 ui, fijngehakt	zeezout & versgemalen zwarte peper
een teentje knoflook, geperst	2 eetlepels tomatenpuree
1 rode puntpaprika, fijngehakt	1 eetlepel platte peterselie, fijn gesneden
500 gram rundergehakt	50 gram manchego kaas, geraspt
2 vrije uitloop bio-eieren	50 gram serrano ham, fijn gesneden

Zo maak je een Spaans gehaktbrood

Verwarm de oven voor op 180°C

Snij de ui in kleine stukjes en pers de knoflook.

Doe olijfolie in de pan en bak de ui met de knoflook lichtbruin.

Doe de paprika er bij en bak het mee tot het beetgaar is en zet het opzij.

Kneed het gehakt met paneermeel en eieren goed door elkaar in een grote kom.

Doe het groentenmengsel er bij en meng het kort door elkaar

Voeg de tomatenpuree en een eetlepel basilicum aan het gehaktmengsel toe.

Meng het er met de fijn gesneden ham en geraspte kaas door.

Vet een bakvorm in met wat olijfolie en doe het gehakt-mengsel er in.

Zet de vorm in het midden van de oven en bak het gehakt in +/- 45 - 50 minuten.

Laat de Pastel de Carne iets afkoelen en serveer met frietjes en salade

Pastel de Carne (Spaans gehaktbrood) / Pastel de Carne (Spanish Meat Loaf)



Shopping list

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| 1 tablespoon olive oil + extra | 50g breadcrumbs |
| 1 onion, finely chopped | sea salt & freshly ground pepper |
| 2 cloves garlic, pressed | 2 tablespoons tomato puree |
| 1 red bell pepper, finely chopped | 1 tablespoon parsley, finely chopped |
| 500g ground beef | 50g Manchego cheese, grated |
| 2 free-range organic eggs | 50g Serrano ham, finely cut |

How to make Pastel de Carne

Preheat the oven to 180°C

Chop the onion into small pieces and press the garlic.

Add olive oil to the pan and fry the onion with the garlic until light brown.

Add the bell pepper and fry until al dente and set aside.

Knead the minced meat with breadcrumbs and eggs well in a large bowl.

Add the vegetable mixture and mix it in briefly.

Add the tomato puree and a tablespoon of basil to the minced meat mixture.

Mix it together with the finely chopped Serrano ham and the grated cheese.

Grease a baking tin with some olive oil and put the minced meat mixture in it.

Place the tin in the middle of the oven and bake it for +/- 45 - 50 minutes.

Let the Pastel de Carne cool slightly and serve with fries and a salad