



Amerikaanse meatloaf met glazuur

Een klassiek Amerikaans gehaktbrood, sappig van binnen en afgewerkt met een zoetzuur ketchupglazuur. Ideaal met aardappelpuree en groenten als echte huiselijke maaltijd.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	60'	6	Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 800 gr gemengd gehakt
- 1 ui, fijngesnipperd
- 2 teentjes look, geperst
- 100 gr paneermeel
- 2 eieren
- 100 ml melk
- 2 el worcestersaus
- 3 el ketchup
- 1 kl gedroogde tijm

1 kl mosterd
peper en zout
5 el ketchup (voor het glazuur)
1 el bruine suiker
1 el appelciderazijn

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 180 graden. Bekleed een bakplaat of cakevorm met bakpapier.
2. Meng het paneermeel met de melk in een kommetje en laat enkele minuten weken tot het vochtig en zacht is.
3. Doe het gehakt in een ruime mengkom. Voeg de ui, look, eieren, het geweekte paneermeel, de worcestersaus, 3 el ketchup, de tijm en de mosterd toe. Kruid royaal met peper en zout.
4. Meng alles met de handen tot een samenhangend geheel. Kneed niet te lang, anders wordt het gehaktbrood te compact.
5. Vorm het mengsel tot een egaal brood en leg het op de bakplaat of in de cakevorm.
6. Meng voor het glazuur de 5 el ketchup met de bruine suiker en de appelciderazijn tot een gladde saus.
7. Bestrijk het gehaktbrood met de helft van het glazuur en schuif het in de oven.
8. Bak 45 minuten, bestrijk daarna met de rest van het glazuur en bak nog 15 minuten verder tot het glazuur mooi karamelliseert.
9. Haal het gehaktbrood uit de oven en laat 10 minuten rusten voor je het in dikke plakken snijdt.

Tip

Gebruik gemengd gehakt van rund en varken voor de lekkerste verhouding van smaak en sappigheid. Vermijd te lang kneden: zodra alle ingrediënten gelijkmatig verdeeld zijn, is het goed.

Lekker met

Romige aardappelpuree en geroosterde groenten zoals wortelen of boontjes.

Dranktip

Een lichte rode wijn zoals een Zinfandel of een frisse pint past prima bij de zoetzure smaken van dit gerecht.

Ontdek meer recepten op kookpot.be