



BOULET A LA LIEGEOISE

De Sappige Belgische Vleesbal met Zoet-zure Luikse Saus

Niveau: Gemiddeld

Land van herkomst: België

Gang: officieel een snack, maar

Hoeveelheid: 8 stuks

Tijd: 55 minuten

Ingrediënten boulets:

- 400 gram rundergehakt
- 400 gram varkensgehakt
- 2 sneetjes witbrood (zonder korst)
- 100 ml melk
- 1 ei
- 1 kleine ui, fijngesnipperd
- 1 teen knoflook, fijngehakt
- 1 snufje nootmuskaat
- ½ tl zoete paprikapoeder
- ½ tl korianderpoeder
- ¼ tl cayennepeper
- ½ tl gemalen foelie
- fijn zeezout en peper naar smaak
- paneermeel (optioneel, voor stevigheid)

Ingrediënten Luikse saus:

- 2 uien, fijngesnipperd
- 2 el bruine suiker
- 2 el azijn (bij voorkeur appel- of witte wijnazijn)
- 1 tl mosterd
- 150 ml rund- of kippenbouillon
- 1 el boter of olie
- Peper en zout naar smaak

Extra:

- Frietjes of aardappelpuree om erbij te serveren

Bereiding Luikse saus:

- Fruit de uien in boter of olie tot ze glazig zijn.
- Voeg bruine suiker toe en laat licht karameliseren.
- Voeg azijn, mosterd en bouillon toe. Laat zachtjes 10 minuten pruttelen tot de saus iets ingedikt is.
- Breng op smaak met zout en peper.

Bereiding Boulets:

- Week het brood in de melk tot het zacht is. Knijp het daarna goed uit.
- Meng het rund- en varkensgehakt met het geweekte brood, het ei, ui, knoflook, nootmuskaat, zout en peper.
- Vorm er 8 stevige ballen van (groot formaat).
- Breng een pan met water aan de kook en plaats een stoominzet of vergiet boven het water.
- Stoom de Boulets ongeveer 10 minuten zodat ze gelijkmatig gaar worden.
- Haal de Boulets uit de stomer en snijd ze kruislings in, zodat de saus straks goed kan intrekken.
- Verhit frituurolie tot 175
- frituur de Boulets ongeveer 5 minuten tot ze mooi goudbruin en krokant aan de buitenkant zijn.

Serveren:

- Leg de Boulets op borden, giet de warme Luikse saus eroverheen.
- Serveer met frietjes of aardappelpuree.

Tip!: - De saus kun je ook een dag van te voren maken. Daar wordt hij alleen maar lekkerder van.

- Voor extra sappige Boulets meng je een klein beetje boter of spekblokjes door het gehakt.

Bon appétit!

Eetsmakelijk!

21-12-2025