



## Fiskeboller in witte saus

*Noorse visballetjes van witte vis in een milde, romige saus met wortel en peterselie. Zacht, eiwitrijk en licht verteerbaar.*

| VOORBEREIDING | BEREIDEN   | PORTIES  | CATEGORIE  |
|---------------|------------|----------|------------|
| <b>30'</b>    | <b>20'</b> | <b>4</b> | <b>Vis</b> |

### Ingrediënten

500 g witte visfilet (kabeljauw of koolvis)

1 ei

2 el aardappelzetmeel

150 ml melk

1 tl zout

Nootmuskaat

Voor de saus:

30 g boter

30 g bloem

400 ml visbouillon

100 ml melk

2 wortelen in schijfjes

2 el fijngesneden peterselie

## Bereidingswijze

---

1. Snijd de visfilet in stukken en mix in de keukenmachine fijn met het ei, het zetmeel, zout en een snuf nootmuskaat.
  2. Voeg al mixend de melk toe tot een gladde, luchtige massa.
  3. Breng een pan licht gezouten water tegen de kook. Schep met twee lepels balletjes en laat ze 6 tot 8 minuten zachtjes garen tot ze bovendrijven. Schep eruit.
  4. Kook de wortelschijfjes apart beetgaar.
  5. Voor de saus: smelt de boter, roer de bloem erdoor en giet er al kloppend de visbouillon en melk bij tot een gladde saus.
  6. Doe de visballetjes en wortel in de saus, warm alles zachtjes door en werk af met peterselie.
- Serveer met aardappelen.

---

Ontdek meer recepten op [kookpot.be](https://www.kookpot.be)