Groentetajine

Recept van V-ZUG N.V.



Bereiding	30 Mins
Gaartijd	1 Hrs
Porties	4
Apparaat	CombairSteamer V2000 vanaf 2021

Marokkaanse groentestoofpot

Tajine

400 g wortels

200 g topinamboer (aardpeer)

300 g knolselderij

200 g vastkokende aardappelen

50 g gedroogde, ontpitte dadels

olijfolie om te fruiten

30 g sultanarozijnen

400 g geschilde, gehakte tomaten uit blik

200 ml groentebouillon of water

kleine hoeveelheid zout

kleine hoeveelheid peper

400 g kikkererwten uit blik, afgespoeld, uitgelekt

3 el olijfolie

2 el ras el hanout

6 takjes bladpeterselie, in fijne reepjes

kleine hoeveelheid limoensap

Garnering

4 takjes munt, eraf geplukt

200 g kokosyoghurt

kleine hoeveelheid zout

kleine hoeveelheid peper

3 el granaatappelpitten

3 el cashewnoten, geroosterd, gehakt

Tajine

Alle ingrediënten tot en met de aardappelen schoonmaken en in ca. 2 cm grote stukken snijden. De dadels in reepjes snijden.

De groenten en aardappelen in een ruime hoeveelheid olijfolie in de braadpan op middelhoog vuur fruiten. De dadels en de overige ingrediënten tot en met de bouillon toevoegen en met zout en peper op smaak brengen.

De braadpan afdekken en het gerecht op een rooster op het middelste niveau van uw oven plaatsen. 45 minuten lang met boven- /onderhitte vochtig bakken op 160 °C.

De kikkererwten met olijfolie en ras el hanout mengen, aan de groenten in de braadpan toevoegen en nogmaals gedurende 15 minuten garen.

De braadpan uit de oven nemen, de peterselie eronder mengen en met een kleine hoeveelheid limoensap besprenkelen.

Garnering

Met een paar blaadjes munt garneren. De overige blaadjes munt in fijne reepjes snijden, met de kokosyoghurt mengen en op smaak brengen.

Tajine met granaatappelpitjes en cashewnoten garneren en samen met de muntyoghurt serveren.

Gaarstappen

Top/bottom heat damp 160 °C gedurende 45 Mins

Ingrediënten toevoegen. Verder bakken.

Top/bottom heat damp 160 °C gedurende 15 Mins

Accessoires

Braadpan met deksel of tajine

Rooster

Aanvullende informatie

Gecreëerd op	26.01.2022