



Овощной тажин

Рецепт от V-ZUG АО



Приготовление 30 Mins
Время 1 Hrs
приготовления
Порции 4
прибор ComhairSteamer V2000 с 2021
года

марокканское овощное рагу

Тажин

400 г моркови
200 г топинамбура
300 г корня сельдерея
200 г неразваривающегося картофеля
50 г сушеных фиников без косточек
оливковое масло для припускания
30 г изюма кишмиш
400 г очищенных и нарезанных консервированных помидоров
200 мл овощного бульона или воды
немного соли
немного перца
400 г нута консервированного, промытого, просушенного
3 ст. л. оливкового масла
2 ст. л. рас-эль-ханута
6 веточек гладколистной петрушки, тонкими полосками
немного лаймового сока





Гарнир

4 веточки мяты, ощипать

200 г кокосового йогурта

немного соли

немного перца

3 ст. л. зерен граната

3 ст. л. кешью, обжаренного, измельченного

Тажин

Подготовить все ингредиенты, включая картофель, и нарезать кусочками размером примерно 2 см. Нарезать финики полосками.

Обжарить овощи и картофель в большом количестве оливкового масла на жаровне на среднем огне. Добавить финики и оставшиеся ингредиенты, а также бульон, и приправить солью и перцем.

Накрыть жаровню крышкой и готовить 45 минут на решетке на среднем уровне при температуре 160 °C в режиме верхнего/нижнего жара с влагой.

Смешать нут с оливковым маслом и приправами рас-эль-ханут, добавить в жаровню к овощам и готовить еще 15 минут.

Вынуть жаровню из духовки, добавить петрушку, сбрызнуть небольшим количеством лаймового сока.

Гарнир

Отложить несколько листиков мяты для украшения. Остальную мяту нарезать тонкими полосками, смешать с кокосовым йогуртом, приправить его по вкусу.

Посыпать тажин зернами граната и орешками кешью и подавать вместе с мятным йогуртом.

Шаги приготовления

Top/bottom heat damp 160 °C в течение 45 Mins

Добавить ингредиенты. Продолжать запекать.

Top/bottom heat damp 160 °C в течение 15 Mins

Аксессуары

Жаровня с крышкой или тажин

Решетка

