



Овочевий таджин

Рецепт від V-ZUG AT



готування	30 хв
Час	1 годин
готування	
Порції	4
Прилад	CombairSteamer V2000 з 2021 року

Марокканське овочеve рагу

Таджин

- 400 г моркви
- 200 г топінамбура
- 300 г кореня селери
- 200 г картоплі, що не розварюється
- 50 г в'ялених фініків без кісточок
- оливкова олія для бланшування
- 30 г родзинок
- 400 г очищених, подрібнених консервованих помідорів
- 200 мл овочевого бульйону або води
- трохи солі
- трохи перцю
- 400 г консервованого нута, помитого, відцідженого
- 3 ст. л. оливкової олії
- 2 ст. л. суміші прянощів Рас-ель-ханут
- 6 пагони петрушки листової, нарізані тонкими смужками
- трохи соку лайма

Для прикрашання





4 пагони м'яти, обірвані листочки
200 г кокосового йогурту
трохи солі
трохи перцю
3 ст. л. зерен граната
3 ст. л. горіхів кеш'ю, підсмажених, подрібнених

Таджин

Підготуйте всі інгредієнти включно з картоплею і наріжте шматочками розміром приблизно 2 см. Наріжте фініки тонкими смужками.

Бланшуйте овочі та картоплю в великій кількості оливкової олії на жаровні на середньому вогні. Додайте фініки та інші інгредієнти включно з бульйоном і приправте сіллю та перцем.

Накрийте жаровню кришкою і готуйте на решітці на середньому рівні в режимі верхнього/нижнього нагрівання з вологою при температурі 160 °C впродовж 45 хвилин.

Змішайте нут з оливковою олією та сумішшю прянощів Рас-ель-ханут, додайте до овочів у жаровні та продовжуйте готувати впродовж 15 хвилин.

Вийміть жаровню з духовки, додайте петрушку та полийте невеликою кількістю соку лайма.

Для прикрашання

Відкладіть трохи листочків м'яти для прикрашання. Наріжте решту м'яти тонкими смужками, змішайте з кокосовим йогуртом і приправте за смаком.

Посипте таджин зернами граната та горіхами кеш'ю. Подавайте з м'ятним йогуртом.

Етапи приготування

Верхній/нижній жар вологі 160 °C протягом 45 хв

Додайте інгредієнти. Продовжуйте запікати.

Верхній/нижній жар вологі 160 °C протягом 15 хв

Акcesуари

Жаровня з кришкою або таджин

Решітка

