

SHAKSHUKA

Ingrediënten (voor 2-3 personen)

- ✓ 500 g (diepvries)pompoen
- ✓ 400 g gepelde tomaten in blik
- ✓ 1 groene paprika
- ✓ 1 rode paprika
- ✓ 2 (volkoren) pitabroodjes
- ✓ 3 eieren
- ✓ 100 g feta
- ✓ 2 teentjes knoflook
- ✓ 1 sjalot
- ✓ koriander
- ✓ bladpeterselie
- ✓ komijn
- ✓ paprikapoeder
- ✓ oregano
- ✓ grof gemalen chili
- ✓ olijfolie
- ✓ peper
- ✓ zout



SHAKSHUKA

Bereidingswijze

1. Verwarm de oven voor op 180 graden. Schil de pompoen, verwijder de pitten en snijd in kleine blokjes. Leg de pompoenblokjes in een ovenschaal, overgiet met 2 eetlepels olijfolie, peper, zout, grof gemalen chili en oregano (naar eigen smaak). Pel twee teentjes knoflook en rasp deze boven de pompoenblokjes. Roer het geheel goed door elkaar.



2. Rooster de pompoen 45 minuten in de oven tot deze beetgaar is. Vergeet niet om de pompoen af en toe om te roeren tijdens het roosteren.

3. Pel de sjalot en snipper deze. Verwijder de steelaanzet van de paprika's, snijd in de lengte doormidden en verwijder de zaadlijsten. Snijd het vruchtvlees in blokjes.

4. Verwarm 1 eetlepel olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Fruit de sjalot 5 minuten onder regelmatig omscheppen. Bak de paprika, paprikapoeder en het komijnzaad 2 minuten mee.

5. Doe de gepelde tomaten bij het sjalot-paprikamengsel. Plet ze wat tegen de zijkant van de pan. Voeg vervolgens de beetgare pompoenblokjes toe aan de pan.

6. Laat 5 minuten zacht koken.

SHAKSHUKA

Bereidingswijze

7. Maak drie kuiltjes in het tomatenmengsel met de achterkant van een lepel en breek boven ieder kuiltje voorzichtig een ei. Leg een deksel op de pan en laat het mengsel 5 tot 7 minuten zacht koken, tot het eiwit net is gestold.

8. Verwarm de pitabroodjes volgens de aanwijzingen op de verpakking.

9. Werk de shakshuka af met grof gehakte koriander, bladpeterselie en feta. Serveer met het pitabrood.

PS: Like it spicy? Snijd een chilipeper in dunne ringen en garneer dit op de shakshuka.

