

DINNERLY



Aubergine met rundersaucijsjes in aromatische saus van paprika en walnoot



ca. 35min



2 personen

Geroosterde aubergines zijn niet alleen erg smaakvol, ze zijn ook een heerlijk alternatief voor gebakken aardappels. Vandaag serveren we deze paarse groente met rundersaucijsjes en linzen en maken een lekkere saus van geroosterde paprika en walnoten. Ook gebruiken we het kruidenmengsel ras al hanout, wat zich laat vertalen als "het beste van de winkel." Beter dan dit wordt het dus niet!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 aubergine
- 1 rode paprika
- 1 blik groene linzen
- 1 zakje ras el hanout
- 2 rundersaucijsjes
- 25g walnoten ¹⁵

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1,5el boter ⁷
- 1tl honing
- peper en zout
- olijfolie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote koekenpan
- maatbeker
- zeef
- staafmixer met beker

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

melk (7), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 788kcal, vet 56.8g, koolhydraten 36.9g, eiwit 31.1g



1. Groenten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Halveer de **aubergine**, snij 'm in lange wedges en snij daar een ondiep ruitpatroon in. Bestrijk ze met 2el olijfolie en bestrooi met een flinke snuf zout. Leg de **wedges** op 1 helft van een bakplaat met bakpapier.



2. Groenten bakken

Snij de **paprika** in vieren en verwijder de zaadlijsten. Leg **1 kwart** opzij voor straks. Snij de rest in blokjes van ca. 2cm. Meng ze met 1el olijfolie en 1/2tl zout en leg op de andere helft van de bakplaat. Rooster de **aubergine** 24-28min tot 'ie goudbruin en zacht is. Rooster de **paprika** 10-12min tot 'ie heel zacht is.



3. Boter kruiden

Pel en snij 1 teen knoflook fijn. Smelt 1,5el boter in een middelgrote koekenpan. Voeg de **helft van de kruidenmix**, de knoflook en een snuf zout toe en verwarm ca. 30sec. Schenk de kruidenboter in een kom en zet opzij, veeg de pan niet schoon. Verwijder het vel van de **worsten** en breek ze in kleine stukken. Spoel de **linzen** af in een zeef en laat uitlekken.



4. Saus maken

Pak de staafmixer en een hoge beker en maak een gladde **saus** van de **paprika**, de **walnoten**, 1el honing, 50ml water, 2el azijn en een snuf peper. Verhit opnieuw de boterpan zonder extra vet en bak de **worst** 4-5min op hoog vuur, tot ze goudbruin zijn. Voeg de **linzen** en de **saus** toe en verwarm ca. 2min. Voeg als nodig een paar eetlepels water toe.



5. Afmaken en serveren

Snij het overgebleven stuk **paprika** in dunne reepjes. Verdeel **aubergines** en **linzensaus** over de borden. Bedruuppel met **kruidenboter** en garneer met de **paprika**.



6. Top tip

Als je van krokante toppings houdt kun je wat tortillachips over de aubergines strooien. Of ga voor de gezondere variant en gebruik een handvol nootjes, of zelfs popcorn – natuurlijk zonder boter of suiker.