



Taco's met aubergine en zoete aardappel

met guacamole en zwarte bonen in mole



ca. 35min



2 personen

Vandaag staat er een smaakbom op het menu: taco's met aubergine, zoete aardappel, en - hier wordt het wild - zwarte bonen in een heerlijke mole die zijn bijzondere smaak dankt aan onder andere pindakaas en cacaopoeder. Natuurlijk horen de klassiekers als guacamole en limoen ook erbij.

Wat je van ons krijgt

- 1 zoete aardappel
- 2 tomaten
- 1 teen knoflook
- 1 limoen
- 1 aubergine
- 1 zakje guacamolekruiden
- 1 zakje cacaopoeder
- 50g pindakaas⁵
- 1x kleine tortilla's¹
- 1 blik zwarte bonen
- 1 bakje guacamole
- 25g gezouten pinda's⁵

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- oven met grillfunctie
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan met deksel
- staafmixer
- zeef of vergiet
- keukenrasp

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

Allergenen

gluten (1), pinda's (5). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1104kcal, vet 54.9g, koolhydraten 119.2g, eiwit 30.7g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 250°C met de grillfunctie of boven-/onderwarmte. Schil de **zoete aardappel** en snijd in blokjes. Snijd de **tomaten** in blokjes. Pel en hak de **knoflook** fijn. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit.



2. Aubergine bakken

Snijd de **aubergine** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Leg de **aubergineplakjes** op een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1-2el plantaardige olie, een flinke snuf zout en een snuf peper. Grill in ca. 15min goudbruin en gaar in de oven.



3. Zoete aardappel garen

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Voeg de **zoete aardappel** toe met een flinke snuf zout en laat afgedekt 5-7min garen, roer regelmatig om. Voeg de **helft van de guacamolekruiden** toe en gaar nog eens ca. 2min. Proef en breng evt. op smaak met zout en houd de **aardappels** afgedekt warm.



4. Mole maken

Verhit een middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1el olie en bak de **knoflook** met de **rest van de kruiden** ca. 1min. Voeg de **tomaten** toe en bak ca. 4min mee. Voeg de **helft van de cacaopoeder**, **1el limoensap**, de **pindakaas** en 2-3el water toe en roer door. Breng de **mole** op smaak met 1-2tl suiker en een flinke snuf zout en laat nog ca. 5min zachtjes koken op laag vuur.



5. Bonen toevoegen

Stapel de **wraps** op elkaar, wikkel in aluminiumfolie en verwarm 3-4min in de oven. Spoel de **bonen** af in een zeef en laat uitlekken. Pureer de **mole** glad met een staafmixer. Voeg de **bonen** toe en verwarm ca. 2min op middelhoog vuur. Verdun de **mole** evt. met wat water, en breng op smaak met zout en peper.



6. Afmaken en serveren

Beleg de **wraps** naar wens met de **aubergine** en de **zoete aardappel**, verdeel de **zwarte bonen mole** erover en serveer de **guacamole** erbij. Bestrooi met de **pinda's** en de **limoenrasp**.