



Libanese Hashweh rijst

met lams-rundergehakt en rozijnen



30-40min



2 personen

De Libanese keuken barst van de heerlijkheden en ook de aromatische hashweh is niet te versmaden. Het rijstgerecht dient traditioneel als vulling voor een in de oven gebakken kippetje. Wij draaien het 180 graden om en bereiden het gehakt en de rijst in één pan met een duizend-en-één-nacht-specerijenmelange. De geur van kardemom, kaneel en kruidnagel zal iedereen zo naar de eettafel lokken!

Wat je van ons krijgt

- 9
- 12

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- dunschiller
- grote koekenpan
- kleine koekenpan
- maatbeker
- zeef of vergiet

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

Allergenen

selderij (9), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

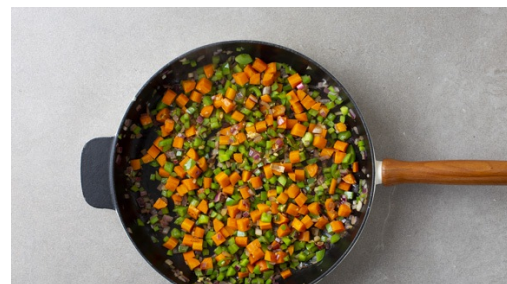
Voedingswaarde per portie

calorieën 885kcal, vet 30.0g, koolhydraten 106.7g, eiwit 29.8g



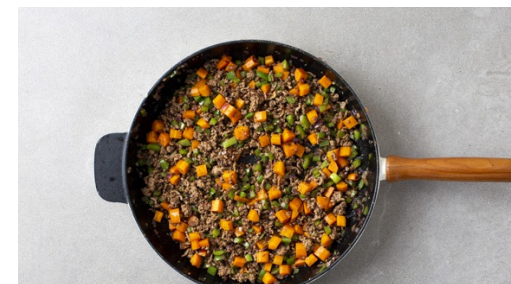
1. Ingrediënten voorbereiden

Schil of schrob de **wortel** en snijd in kleine blokjes. Halveer de **paprika**, verwijder de zaden en zaadlijsten. Snijd de **paprika** in dunne reepjes en dan in kleine blokjes. Pel en hak de **ui** grof. Pel en hak de **knoflook** fijn.



2. Groenten bakken

Verhit 1el olijfolie in een grote koekenpan of braadpan op middelhoog vuur en voeg de **ui**, **knoflook**, **paprika** en **wortel** toe. Bak 2-3min al roerend totdat de **groenten** zachter beginnen te worden. Was intussen de **basmatirijst** in een zeef onder de koude kraan tot het water helder is en laat uitlekken.



3. Gehakt bakken

Voeg het **rund-en lamsgehakt** aan de groentepan toe, bestrooi met **Aladdin's spice mix**, 1/4-1/2tl zout en peper en roer door om de **specerijen** te verdelen. Bak 3-4min al af en toe hakkend met een spatel totdat het **gehakt** bruin en rul is.



4. Rijst koken

Verdeel de **rijst** over het gehakt en verkruiemel er een **half bouillonblokje** boven. Giet er 400ml water bij en roer door. Zet het vuur laag en kook met een deksel afgedekt 12-15min totdat het water is opgenomen. Voeg indien nodig een scheutje water toe indien het water verdampt is voor de **rijst** gaar is. Bewaar de **rest van het bouillonblokje** voor een recept.



5. Topping voorbereiden

Verhit intussen een droge, kleine koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **pijnboompitten** in 2-3min goudbruin en geurend. Let op! De **pitten** kunnen snel verbranden. Neem de pan van het vuur en voeg de **rozijnen** toe om ze op te warmen. Zet opzij. Pluk de **peterselie zonder hardere steeltjes** grof.



6. Serveren

Neem de rijstpan van het vuur en bestrooi met de **rozijnen**, **pijnboompitten** en **gehakte peterselie**. Tip: serveer dit gerecht direct uit de pan!