

DINNERLY



Indiase dahl met Mexicaanse taco's en frisse cherrytomaten



ca. 30min



2 personen

"Wat gaan we vandaag nou weer eens eten?" Een vraag die wij ons bij Dinnerly vaak genoeg stellen. Aan de ene kant wil je iets makkelijk maken dat je al kent. Maar we willen ook eens iets nieuws proberen. Daarom besloot onze chef Diana om twee bekende gerechten samen te voegen: taco's en dahl. Het resultaat? Een krokante taco gevuld met een pittige dahl van rode linzen en gember. Genieten!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g rode linzen
- 1x cherrytomaten
- 2 bosuien
- 1 stukje verse gember
- 1 zakje garam masala
- 1x wraps¹

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- oven
- ovenrek
- middelgrote kookpan met deksel
- keukenrasp
- maatbeker
- zeef

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

KOOKTIP

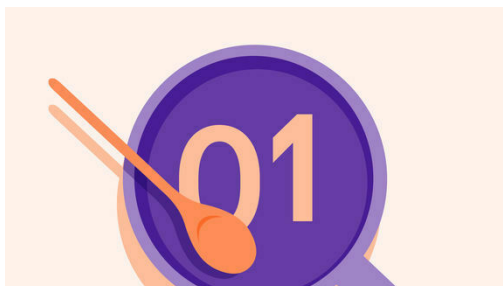
Je kan eventueel het water voor de linzen van te voren in een waterkoker aan de kook brengen.

ALLERGENEN

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 745kcal, vet 27.4g, koolhydraten 104.0g, eiwit 28.6g



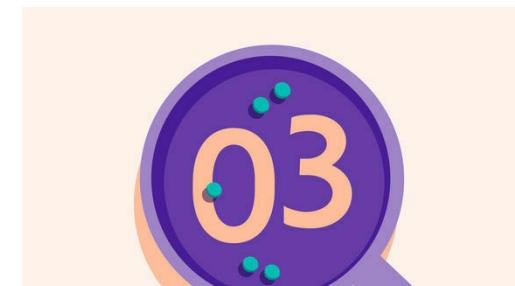
1. Ingrediënten bereiden

Verwarm de oven voor op 200°C (180°C hetelucht). Spoel de **linzen** in een zeef af met koud water. Halveer **2/3e van de cherrytomaten**. Snijd de **bosuien** in dunne ringen, houd het **groen** en het **wit** van elkaar gescheiden. Schil de **gember** en rasp fijn. Pel en hak twee tenen knoflook fijn.



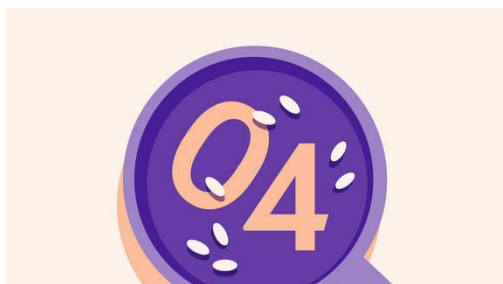
2. Dahl starten

Verhit 2-3tl olie op middelhoog vuur in een middelgrote kookpan. Voeg de **gember**, knoflook, het **wit van de bosui** en 2-3tl **garam masala** toe. 1-2min fruiten. Voeg dan de **linzen** en **gesneden cherrytomaten** toe en bak 2-3min. Voeg 400ml warm water toe. Breng het geheel aan de kook, doe een deksel op de pan en laat ca. 15 min sudderen. Voeg indien nodig wat water toe.



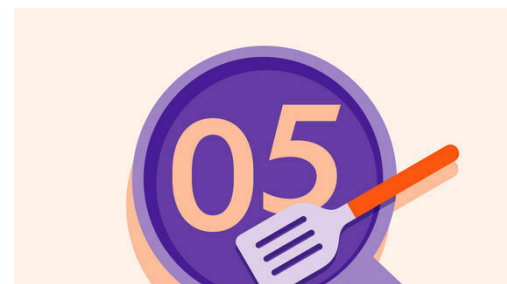
3. Tomaten snijden

Snijd de **rest van de cherrytomaten** in kwarten. Maak een **dressing** van 1/2el plantaardige olie, 1tl azijn en een snuf zout en peper. Meng de **dressing** met de **cherrytomaten**.



4. Taco's bakken

Bestrijk **4 wraps** met een beetje olijfolie en bestrooi ze met een snuf zout. Steek de **wraps** door de spijlen van je ovenrek zodat ze in een schelpvorm naar beneden hangen. Bak 5-7min tot de **taco's** knapperig zijn. Let op, ze kunnen snel donker worden.



5. Taco's vullen

Proef en breng de **dahl** op smaak met zout, peper en de **rest van de kruidenmix**. Voeg indien nodig nog wat water toe. Vul de **taco's** met de **helft van de tomaten** en de **dahl**. Garneren met het **groen van de bosui**, serveer de **rest van de tomaten** eraast.



6. Hey Yo(ghurt)

Het hete tweetal van taco's en dahl kun je lekker afkoelen met een dot yoghurt. Voor nog meer smaak kun je de yoghurt mengen met wat zout, peper, limoensap en/of koriander. Laat je fantasie de vrije loop!