



Kleurrijke groentetajine met rozijnen

en een topping van hazelnoten en abrikozen



30-40min



2 personen

Deze fijne vegan tajine zit bomvol kleurrijke groenten: wortel, zoete aardappel, tomaten, rode ui en kikkererwten, om er maar eens een paar te noemen. Rozijnen en verse kruiden geven deze tajine extra smaak en de topping van hazelnoten en gedroogde abrikoos maakt het plaatje compleet.

Wat je van ons krijgt

- 2 wortels
- 1 zoete aardappel
- 2 tomaten
- 1 rode ui
- 1 blik kikkererwten
- 20g verse kruidenmix: munt & platte peterselie
- 1 zakje ras el hanout
- 1 blikje tomatenpuree
- 1 zakje hazelnoten ¹⁵
- 1 zakje gedroogde abrikozen ¹²
- 1 zakje rozijnen ¹²

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- kleine koekenpan
- dunschiller
- maatbeker
- zeef

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

Allergenen

zwaveldioxide en sulfieten (12), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

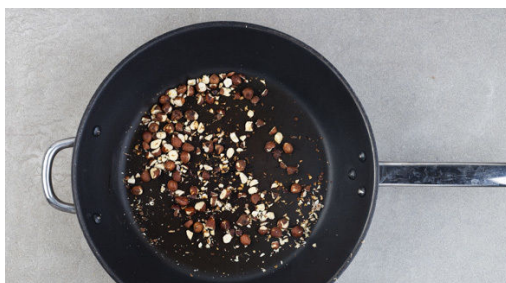
Voedingswaarde per portie

calorieën 674kcal, vet 18.1g, koolhydraten 100.8g, eiwit 15.9g



1. Groenten snijden

Schil evt. de **wortels**, snijd ze in de lengte in vieren en dan in 3-4cm lange stukjes. Schil en snijd de **zoete aardappel** in ca. 2cm grote stukjes. Snijd de **tomaten** in ca. 1cm grote blokjes. Pel, halveer en snijd de **ui** in dunne reepjes.



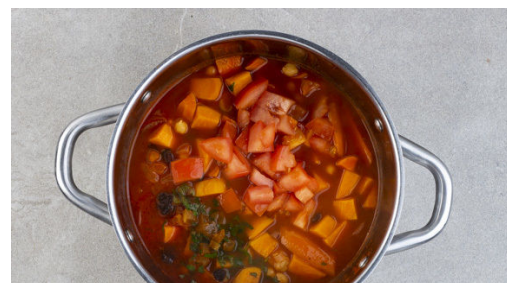
4. Noten roosteren

Hak de **hazelnoten** grof en rooster ze 1-2min in een kleine, droge koekenpan op middelhoog vuur. Let op, ze kunnen snel aanbranden.



2. Kikkererwten afgieten

Giet de **kikkererwten** af en spoel ze in een zeef om met koud water. Pluk de **verse kruidenblaadjes**.



5. Tajine afmaken

Hak de **versekruidenblaadjes** grof. Roer de **helft** met de **hazelnoten**, **rozijnen** en de **helft van de abrikozendoor** de **tajine**. Meng de **rest van de verse kruiden** en **abrikozen** met de **hazelnoten**.



3. Tajine starten

Verhit een middelgrote kookpan op middelhoog vuur met 1-2el olijfolie en bak de **wortel**, **aardappel**, **ui** en **kikkererwten** 2-4min. Voeg de **ras el hanout** met de **tomatenpuree**, 600ml water en een snuf zout en peper toe. Laat de **tajine** 16-20min op middellaag vuur zachtjes sudderen. Roer na ca. 15min de **tomaten** erdoor.



6. Serveren

Verdeel de **tajine** over kommen of diepe borden en garneer met de **abrikozen-hazelnootopping**.