



Hasselback aubergines met hangop

met tomaten en volkorenpita



ca. 30min



2 personen

De naam hasselback komt van een Zweedse methode om aardappelen te bereiden - door ze als een waaier te snijden voordat ze de oven in gaan, komen ze er extra krokant uit. En het werkt ook prima met aubergines! Je kruidt ze met ras el hanout en je serveert er romige yoghurt dip en knapperige pitabroodjes bij. Nog een frisse tomatensalade met verse munt en er staat in no-time een hit op tafel!

Wat je van ons krijgt

- 2 aubergines
- 1 zakje ras el hanout
- 10g verse munt
- 250g cherrytomaten
- 1 pak volkorenpita's ¹
- 1 beker hangop ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven met bakplaat
- grote ovensvaste pan met deksel
- maatbeker

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

Kooktip

Als je geen ovensvaste pan hebt, kun je de aubergines ook in een ovenschaal leggen om in de oven te garen.

Allergenen

gluten (1), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 794kcal, vet 35.8g, koolhydraten 85.7g, eiwit 28.6g



1. Aubergine voorbereiden

Verwarm de oven voor op 210°C (190°C hetelucht). Snijd de **aubergines** in de lengte doormidden. Leg elke helft met de snijkant naar beneden en snijd ze om de 0,5cm in, **maar snijd niet helemaal door** (leg een eetstokje of een houten lepel in de lengte tegen de **auberginehelften** om te voorkomen dat je ze helemaal doorsnijdt).



4. Pitabrood bakken

Snijd de **pitabroodjes** in reepjes. Bak ze in de laatste 5min van de baktijd van de **aubergines** op een bakplaat in de oven, tot ze krokant zijn.



2. Aubergine garen

Meng de **ras el hanout** met 2-3el olijfolie, 1/2tl zout en een snuf peper. Wrijf de **aubergines** helemaal in met de **kruidenolie** en leg ze met de snijkant naar beneden in een grote ovensvaste pan. Giet er 150ml water bij en stoof de **aubergines** afgedekt ca. 15min op middelhoog-hoog vuur. Plaats de pan zonder deksel in de oven en gaar de **aubergines** nog ca. 15 min.



5. Yoghurt op smaak brengen

Roer de **yoghurt** door met 1el olijfolie en 1tl azijn. Voeg zout en peper toe naar smaak.



3. Tomatensalade maken

Pluk de **muntblaadjes** en snijd in dunne reepjes. Halveer de **cherrytomaten** en meng met de **helft van de munt**, 1tl olijfolie en 1tl azijn. Breng op smaak met zout en peper.



6. Serveren

Verdeel de **yoghurt** over de borden en leg de **aubergines** erop, besprenkel met een beetje olijfolie naar smaak. Serveer met de **tomatensalade** en bestrooi met de **rest van de munt**. Geef het **pitabrood** erbij.