



Rodebietenhummus met bloemkool

met feta en citroenige olijftopping



20-30min



2 personen

Verras je vrienden, familie en jezelf met dit prachtige bordje hummus. De rode biet maakt het kleurrijk en de heerlijke specerijen geven het extra smaak, terwijl de geroosterde bloemkool voor extra groenten zorgt. Zoutige feta erover en knapperig volkorenbrood erbij om te dippen en je kunt aan tafel.

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 1 zakje ras el hanout
- 1 blik kikkererwten
- 1 bloemkool
- 1 volkoren baguette ¹
- 250g voorgekookte rode bieten
- 1 citroen
- 1 zakje tahin ¹¹
- 1 zakje groene olijven
- 10g verse kruidenmix: dille & platte peterselie
- 50g feta ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- staafmixer met beker
- zeef of vergiet

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 756kcal, vet 31.4g, koolhydraten 84.0g, eiwit 25.4g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn, of gebruik een knoflookpers. Meng de **helft van de knoflook** met **1tl ras el hanout**, 1el olijfolie, 1el water, 1/2tl zout en een snuf peper. Spoel de **kikkererwten** met koud water in een zeef en laat uitlekken.



2. Ingrediënten roosteren

Snijd de **bloemkool** in hapklare roosjes. Verdeel de **bloemkool** en de **helft van de kikkererwten** over een bakplaat met bakpapier. Hussel om met de **kruidenolie** en rooster de **groenten** 15-20min goudbruin in de oven. Bak het **brood** in de laatste 5-7min mee.



3. Rode bieten snijden

Snijd de **rode bieten** in grove stukken. Pers de **citroen** uit. Doe de **rode biet**, de **rest van de kikkererwten**, de **tahin**, de **rest van de knoflook**, **2el citroensap**, **1tl ras el hanout** en 1el olijfolie in een hoge (maat)beker.



4. Hummus maken

Pureer de inhoud van de (maat)beker in 2-3min tot een gladde **hummus**. Proef en breng op smaak met zout, peper en evt. meer **citroensap**.



5. Dressing maken

Hak de **olijven** grof. Hak de **dille** en de **peterselie incl. steeltjes** fijn. Meng de **helft van de kruiden** met de **olijven**, **1-2el citroensap**, 2el water en een snuf zout.



6. Feta verkrumelen

Verkrumel de **feta**. Snijd het **brood** in plakjes. Schep de **hummus** op en spreid met de bolle kant van een lepel uit tot een cirkelvorm. Top met de **bloemkool**, de **kikkererwten** en de **feta** en besprenkel met de **dressing**. Bestrooi met de **overgebleven kruiden** en serveer het **brood** erbij.