



Merguez met geroosterde bloemkool

en quinoa met cranberry's en walnoten



ca. 25min



2 personen

Merguez is een hartige worst uit de Noord-Afrikaanse keuken. De worst van sappige rundvlees wordt gecombineerd met specerijen zoals nootmuskaat, tijm, kruidnagel, gember en koriander. Vandaag serveer je deze lekkernij met geroosterde bloemkool, een yoghurt dip en luchtige quinoa met zoetzure cranberry's en krokante walnoten.

Wat je van ons krijgt

- 1 kleine bloemkool
- 1 zakje ras el hanout
- 1 zakje za'atar kruidenmix ¹¹
- 250g voorgegaarde volkorenquinoa
- 2 merguezworstjes
- 10g verse peterselie
- 25g walnoten ¹⁵
- 25g gedroogde cranberry's
- 1 kuipje yoghurt ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan

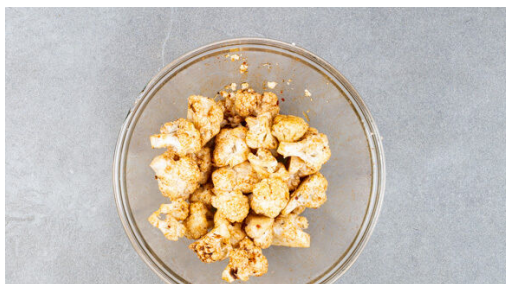
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

melk (7), sesamzaad (11), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 885kcal, vet 54.0g, koolhydraten 50.1g, eiwit 44.0g



1. Bloemkool voorbereiden

Verwarm de oven voor op 230°C (210°C hetelucht) – haal eerst de bakplaat eruit. Snijd hapklare roosjes van de **bloemkool** en meng ze met **2tl ras el hanout**, **½tl za'atar kruidenmix**, 1el olijfolie en ½tl zout.



2. Bloemkool roosteren

Verdeel de **bloemkool** over een bakplaat met bakpapier. Rooster 12-15min in de oven, tot de **bloemkool** gaar is.



3. Quinoa opwarmen

Verhit een grote koekenpan met 1el olijfolie op middelhoog vuur en verwarm de **quinoa** ca. 2min onder voortdurend roerend. Doe de **quinoa** vervolgens in een saladekom.



4. Worstjes bakken

Verhit dezelfde koekenpan met 2tl olijfolie op middelhoog vuur. Bak de **worstjes** in 8-10min gaar en rondom goudbruin. Neem uit de pan en snijd de **worstjes** in stukken.



5. Quinoa afmaken

Hak de **peterselie incl. steeltjes**, de **walnoten** en de **cranberry's** grof. Meng de **quinoa** met de **rest van de ras el hanout**, de **peterselie**, **walnoten**, **cranberry's** en 1tl azijn. Breng op smaak met peper, zout en evt. olijfolie.



6. Yoghurtdip maken

Breng de **yoghurt** op smaak met een snuf zout. Serveer de **quinoasalade** met de **bloemkool** en **merguez** erbovenop en besprenkel met de **yoghurt**.