



Wentelteefjes met Indiase kruiden

plus kikkererwtensstoof en spinaziechutney



30-40min



2 personen

De Amerikaanse ontbijtfavoriet 'French toast' komt ondanks zijn naam niet uit Frankrijk. De eerste varianten van dit recept stammen uit het Romeinse rijk van de 4e en 5e eeuw. Vandaag gaan we voor een variant met internationale allure, want je kruidt jouw wentelteefjes met geurige Indiase specerijen en je serveert ze met een heerlijke kikkererwtensstoof. Verrassend en verrukkelijk!

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 2 tomaten
- 1 blikje tomatenpuree
- 5g garam masala
- 5g curry madraskruiden ¹⁰
- 1 blik kikkererwten
- 1x babyspinazie
- 1 bosui
- 2 eieren ³
- 1 beker yoghurt ⁷
- 2 kleine broodjes ^{1,6}
- 10g verse kruidenmix:
koriander & munt

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker
- azijn

Kookgerei

- maatbeker
- staafmixer
- middelgrote koekenpan
- zeef
- grote koekenpan

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), melk (7), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 648kcal, vet 21.0g, koolhydraten 78.4g, eiwit 29.7g



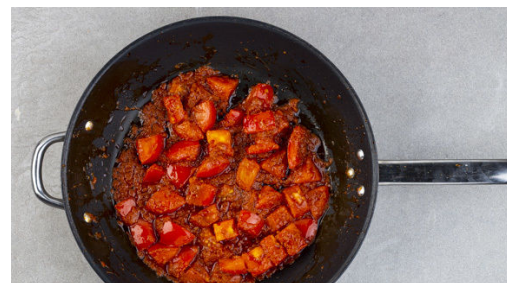
1. Kruidenpasta maken

Pel en hak de **knoflook** fijn. Schil en hak de **gember** grof. Snijd de **tomaten** in stukjes. Doe de **helft van de knoflook** met de **gember, tomatenpuree, 1/2tl garam masala, 1/2tl curry madras**, 100ml water en 1/2tl zout in een hoge (maat)beker. Pureer met een staafmixer glad.



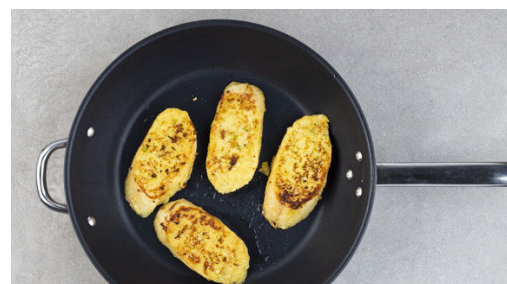
4. Beslag maken

Hak het **wit van de bosui** fijn en snijd het **groen** in ringetjes. Kluts in een kom de **eieren** met de **yoghurt, 1/2tl garam masala, 1/2tl curry madraskruiden**, de **rest van de knoflook**, het **wit van de bosui**, 50ml water, 1/8tl zout en een snuf peper tot een glad **beslag**. Snijd het **brood** in sneetjes.



2. Tomaten stoven

Verhit een middelgrote koekenpan of wok op middelhoog vuur en voeg de **kruidenpasta** toe. Laat 3min sudderen, roer dan de **tomaten** erdoor en stooft ze ca. 5min.



5. Wentelteefjes bakken

Verhit 1el olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Wentel **4 sneetjes brood** in het **beslag** tot ze dit hebben opgenomen. Haal het **brood** met een spatel uit het **beslag** en laat kort uitlekken. Bak de **sneetjes brood** daarna in 2-3min per kant in de pan tot de buitenkant goudbruin en iets knapperig is. Herhaal met de **rest van het brood**. Zet evt. het vuur lager.



3. Kikkererwten toevoegen

Giet de **kikkererwten** af in een zeef en spoel ze om met koud water. Voeg de **kikkererwten** aan de pan toe en warm ze in 2-3min in de **saus** op. Voeg dan beetje bij beetje de **helft van de spinazie** toe en stooft de **blaadjes** totdat ze zijn geslonken. Neem de pan van het vuur en breng de **stooft** op smaak met peper en zout.



6. Chutney maken

Pluk de **verse kruidenblaadjes** en doe ze met de **rest van de spinazie**, 1/2tl suiker, 1/4tl zout, een flinke snuf peper, 1el azijn en 1el water in de gebruikte (maat)beker. Pureer glad. Serveer de **kikkererwtenstooft** met de **wentelteefjes** en de **chutney**.