



Kikkererwtenshakshuka met feta

met spinazie en knapperig stokbrood



20-30min



2 personen

Shakshuka wordt in Noord-Afrika en diverse Arabische landen vaak als stevig ontbijt of lunch gegeten. Typisch voor het gerecht is de rijke tomatensaus waarin de eieren worden gestoofd. Het allerlekkerst is om de eieren niet te lang te garen, zodat het eiwit nog kan uitlopen. Vandaag maak je met een flinke handvol kikkererwten, babypinazie en feta een vullend avondmaal van de shakshuka.

Wat je van ons krijgt

- 1 rode paprika
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 verse chilipeper
- 10g verse peterselie
- 1 zakje ras el hanout
- 1 blik kikkererwten
- 1 blik tomatenblokjes
- 1x babyspinazie
- 2 eieren³
- 1 meergranen baguette¹
- 1x feta⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote hapjespan of koekenpan met deksel
- maatbeker
- zeef

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 747kcal, vet 29.0g, koolhydraten 82.8g, eiwit 31.1g



1. Groenten snijden

Verwarm de oven voor op 180°C. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in blokjes. Pel en hak de **ui** grof. Pel en hak de **knoflook** fijn. Verwijder de zaadlijsten en hak de **helft tot de hele peper** fijn. Hak de **peterselie** zonder hardere steeltjes grof.



4. Spinazie en ei toevoegen

Voeg hand voor hand de **spinazie** toe en kook al roerend tot de blaadjes zijn geslonken. Voeg de **helft van de peterselie** toe en roer door. Vorm 2 kuiltjes in de **shakshuka** en laat in elk **1 ei** glijden. Leg een deksel op de pan en stoof 5-10min tot het **eiwit** gestold is.



2. Groenten bakken

Verhit 1-2el olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **ui** en **paprika** 2-3min tot de **ui** glazig is. Voeg **1tl ras el hanout**, de **knoflook** en **chilipeper** naar smaak toe en bak 30sec mee.



5. Brood afbakken

Bak het **brood** in ca. 8min op een bakplaat met bakpapier of een rooster in de oven af.



3. Stoof maken

Giet de **kikkererwten** af in een zeef, spoel om met water en doe ze dan bij de pan met **groenten**. Voeg de **tomatenblokjes** met 100-150ml water toe en roer door. Breng de **stoof** op smaak met 1/4tl zout, een snuf peper en meer **ras el hanout** naar wens. Stoof ca. 10min op middelhoog vuur tot de **saus** wat is ingedikt.



6. Shakshuka afmaken

Verkruimel de **helft van de feta** boven de **shakshuka** en bestrooi met de **rest van de peterselie**. Serveer de **shakshuka** met het **brood**.