



## Gevulde aubergine met bulgur en romige kormasaus

 30-40min  2 personen

Wij houden van geroosterde aubergines, want in de oven worden de aubergines ook zonder veel olie heerlijk zacht. Hun bijzondere smaak past goed bij de notige bulgur en verse kruiden. Erbij een fijne saus van kokosmelk en kormapasta.

## Wat je van ons krijgt

- 1 aubergine
- 2 tomaten
- 1 rode ui
- 1 stukje verse gember
- 30g verse kruidenmix: bieslook, koriander en peterselie
- 1 limoen
- 200g bulgur <sup>1</sup>
- 1 pakje kokosmelk
- 1 pakje korma currypasta

## Wat je thuis nodig hebt

- zout
- suiker
- olijfolie

## Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan
- kleine kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef of vergiet

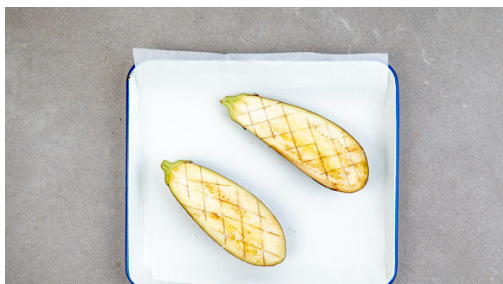
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Allergenen

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 767kcal, vet 33.5g, koolhydraten 95.1g, eiwit 18.1g



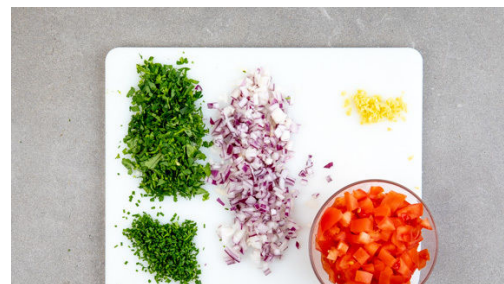
### 1. Aubergine roosteren

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Halveer de **aubergine** in de lengte en snijd het vruchtvlees kruislings in, zonder de schil te beschadigen. Bestrijk het vruchtvlees met 1tl olijfolie en een snuf zout. Leg de **aubergines** met het snijvlak naar boven op een bakplaat met bakpapier en rooster 25-30min in de oven, tot ze zacht zijn.



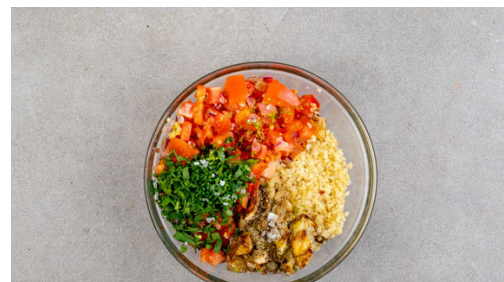
### 4. Bulgur koken

Voeg de **bulgur** toe aan het kokende water en kook in 8-10min beetgaar. Giet af in een zeef en laat uitlekken.



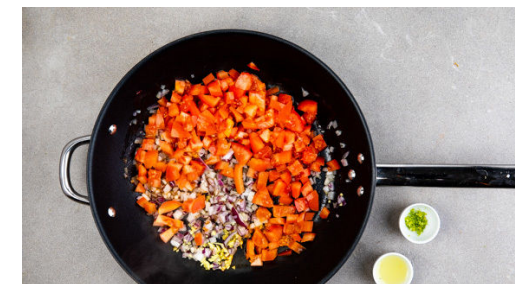
### 2. Groenten voorbereiden

Snijd de **tomaten** in blokjes. Pel en hak de **ui** fijn. Schil en hak of rasp de **gember** fijn. Hak de **peterselie en koriander incl. steeltjes** fijn en knip of snijd de **bieslook** in ringetjes. Rasp de **limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit.



### 5. Vulling maken

Schep het **vruchtvlees** voorzichtig uit de **aubergineschil** en roer het door de **bulgur**. Houdt **1el verse kruiden** achter voor de garnering. Schep de **rest van de verse kruiden** en de **gebakken groenten** ook door de **bulgur**. Breng op smaak met **1el limoensap** en **limoenrasp naar smaak**.



### 3. Groenten bakken

Breng in een middelgrote kookpan 1L licht gezouten water aan de kook voor de **bulgur**. Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **tomaten, ui en gember** 2-4min, tot de **ui** iets zachter is.



### 6. Saus maken

Vul de **aubergines** met de **bulgursalade**. Doe de **kokosmelk** met ca. **1/4e van de korma currypasta**, 50ml water en een snuf zout en suiker in een kleine kookpan. Warm op en laat 3-5min zachtjes koken op laag vuur. Verdeel de **rest van de bulgursalade** over borden en serveer de **gevulde aubergines** erop. Bestrooi met de **rest van de kruiden** en serveer met de **kormasaus**.