



Kikkererwten op rodebietenpachadi

met kokos-masala en tomatensalade



ca. 30min



2 personen

Als je op zoek bent naar inspiratie voor vegetarische recepten, hoef je niet verder te zoeken dan de Indiase keuken. Met een overvloed aan geurige specerijen, en ingrediënten waarvan de textuur van een eenvoudige maaltijd een feest voor de zintuigen maakt. Zoals onze pachadi van rode biet, kokos-masala en yoghurt, geserveerd met geroosterde kikkererwten en warm naanbrood. Hemels!

Wat je van ons krijgt

- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 1 verse chilipeper
- 2 zakjes kefta blend
- 20g verse koriander
- 2 zakjes kokossnippers ¹²
- 1 blik kikkererwten
- 2 tomaten
- 500g voorgekookte rode bieten
- 1 kuipje yoghurt ⁷
- 2x naanbrood ^{1,7}
- 1 limoen

Wat je thuis nodig hebt

- mosterd ¹⁰
- peper en zout
- honing of suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- grote koekenpan
- staafmixer met beker
- keukenrasp
- zeef of vergiet

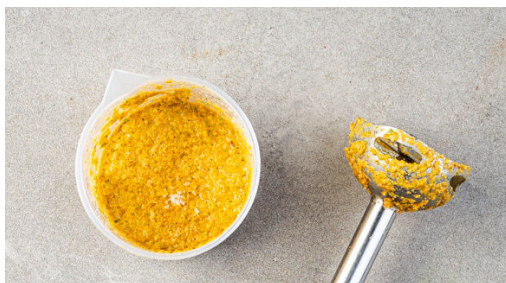
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladers kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), melk (7), mosterd (10), zwaveldioxide en sulfieten (12). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1100kcal, vet 45.1g, koolhydraten 136.9g, eiwit 26.9g



1. Masala pureeren

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Pel en hak de **knoflook** en **gember** grof. Hak de **chilipeper** grof. Doe de **knoflook**, **gember** en **chilipeper** in een hoge (maat)beker met de **helft van de kefta blend**, de **helft van de koriander incl. steeltjes**, **3/4e van de kokossnippers**, 1/2tl zout, 1el olie en 1tl water. Pureer tot een **massalapasta**.



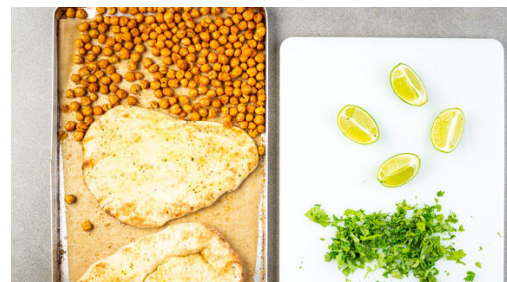
4. Pachadi maken

Verhit een droge, grote koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **rest van de kokossnippers** in 1-2min goudbruin en zet opzij. Verhit dezelfde pan op middelhoog vuur met 1el olie en bak de **masalapasta** 3-5min. Voeg de **rode bieten** toe en roerbak 2-3min. Neem de pan van het vuur en roer de **yoghurt** erdoor. Breng de **pachadi** op smaak met zout en peper.



2. Kikkererwten roosteren

Spoel de **kikkererwten** af in een vergiet met koud water, laat uitlekken en dep droog met wat keukenpapier. Verdeel de **kikkererwten** over een bakplaat met bakpapier en hussel om met de **rest van de kefta blend**, 1el plantaardige olie en een flinke snuf zout. Bak ze in ca. 15min goudbruin in de oven.



5. Naan afbakken

Bak het **naanbrood** in ca. 5min af in de oven. Draai het **brood** halverwege de baktijd om. Hak de **rest van de koriander incl. steeltjes** fijn. Snijd de **limoen** in partjes.



3. Salade maken

Snijd de **tomaten** in stukjes en meng ze met 1el plantaardige olie, 1el azijn, 1tl honing of suiker en 1tl mosterd. Rasp de **rode bieten** grof. **Let op:** de **rode bieten** geven rood af, draag evt. keukenhandschoenen en een schort.



6. Afmaken en serveren

Snijd elk **naanbrood** in 4 gelijke stukken. Verdeel de **pachadi** over borden en serveer de **kikkererwten** en de **tomatensalade** bovenop. Bestrooi met de **kokossnippers** en de **rest van de koriander**. Geef het **naanbrood** en de **limoenpartjes** erbij.