



Tajine van zwarte bonen en aubergine met paneer en roti

Hoofdgerecht • Vegetarisch
Appetijt - L. Van den Bos

Ingrediënten

Sjalotten
knoflook
rode paprika
tomatenstukjes
bouillonblokje
zout
chilivlokken
granaatappelstroop
mirin
suiker
tomatenpuree
aubergines
komijn
zwarte bonen
paneer
bakboter
zout en peper

Bereiding

Zwarte bonen kun je kopen in glas of blik, dan moet je ze enkel maar spoelen met koud water en laten uitlekken. Gebruik je gedroogde zwarte bonen, dan 10 tot 12 uur weken in koud water, goed afspelen en in hoge drukpan of multicooker 20 minuten bereiden (met opwarmtijd en rusttijd na de bereiding is dat ongeveer 45 minuten), dan in vergiet afspoelen met koud water.

Sjalotten klein snijden, knoflook versnipperen, zachtjes aanfruiten in olie of bakboter.

Paprika in blokjes snijden en bij de sjalotten voegen.

Enkele minuten laten stoven, voeg dan de tomatenstukjes, tomatenpuree, zout, chilivlokken, bouillon, suiker, mirin en granaatappelstroop toe. Laat onder deksel 15 minuten zachtjes sudderen.

Uitgelekte bonen toevoegen en nog eens 10 minuten zachtjes laten sudderen.

Op smaak brengen.

aardappelroti (poeder
verkrijgbaar in de toko)
platte peterselie
selderij
munt

Verwarm de oven op 200 graden.
Aubergines in parten snijden, door olijfolie met
komijnzaadjes halen en op een ovenplaat met
bakpapier 15 minuten in de hete oven plaatsen.

Paneer in blokjes van 2,5 cm snijden, kruiden met
zout en peper en bakken in hete bakboter. Zorg dat de
blokjes aan alle zijden mooi gekleurd zijn.

Aardappelroti (ik kocht een zakje poeder in de toko)
bereiden volgens aanwijzingen op de verpakking.

Peterselie, selderij en munt grof hakken.

Schep de gebakken aubergines en paneer met de
gehakte kruiden voorzichtig door de bereiding en
dien op met de gebakken roti.

Foto's

