



Stoverij van kikkererwten met gegrilde aubergine en feta

Hoofdgerecht • Vegetarisch
Appetijt - L. Van den Bos

Ingrediënten

Kikkererwten (minimaal 8 u geweekt)

Ui, knoflook, wortel, selderij: fijnggehakt

Champignons in plakjes.

Aubergine en rode paprika in blokjes.

Italiaanse kruiden, paprikapoeder, laurier, zout en peper.

Olijfolie

Witte wijn en Tomato Frito (Heinz)

Aubergine
olijfolie

Bereiding

De geweekte kikkererwten in een zeef doen en goed spoelen met koud water.

Kikkererwten gaar koken met zout, peper en laurier. Ik gebruikte hiervoor de Crockpot Express programma 'Beans/ stew' 30 minuten 'low pressure'.

Een stevige niet te dunne saus maken door eerst de groenten op hoog vuur aan te fruiten en dan met wijn, kruiden en tomato frito 20 minuten onder deksel zachtjes te sudderen.

Voeg de gare kikkererwten toe (eventueel met wat kookvocht) en laat nog eens 10 minuten sudderen.

Snijd de aubergine in ronde plakken. en wrijf ze in met olijfolie.

Verhit de grill en rooster de aubergineplakjes aan beide zijden.

Feta verkruimeld of in blokjes gesneden.

Peterselie

Peterselie fijnhakken.

Breng de stoverij op smaak en werk af met de gegrilde aubergine, gehakte peterselie en feta.

Foto's

