



Mediterrane groenten uit de oven

2 PERSONEN

🕒 50 + 20 + 60 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍷 2 tenen knoflook
- 🍷 4 el extra vergine olijfolie
- 🍷 ½ el gedroogde Italiaanse kruiden
- 🍷 1 zoete puntpaprika
- 🍷 1 aubergine
- 🍷 1 el pijnboompitten
- 🍷 25 g kappertjes
- 🍷 10 g verse platte peterselie

MATERIAAL: ovengrill, keukenpapier, ovenschaal (20 x 20), grillpan

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de ovengrill.
2. Pers de helft van de knoflook en meng met 1 el olie en Italiaanse kruiden.
3. Halveer de paprika in de lengte en verwijder de steelaanzet en zaadlijsten.
4. Leg de paprikahelften met de velkant naar boven in de ovenschaal en gril ze in de oven in ca. 20 minuten bijna zwart.
5. Neem uit de oven en leg ze 20 minuten in een pan met de deksel erop.
6. Snijd ondertussen de aubergines in plakken van een ½ cm breed en leg in een vergiet.
7. Bestrooi royaal met zout en laat 15 minuten staan.
8. Spoel af, dep droog met keukenpapier en bestrijk met 2 el olie.
9. Verhit de grillpan en gril de aubergine in delen in 5 minuten gaar.
10. Keer halverwege.
11. Verhit ondertussen een koekenpan zonder olie of boter en rooster de pijnboompitten in 3 minuten op middelhoog vuur.
12. Laat de kappertjes uitlekken en snijd de peterselie fijn.
13. Verwijder het vel van de paprika en leg om en om met de aubergine in een lage schaal.
14. Breng op smaak met peper en eventueel zout.
15. Snijd de rest van de knoflook in plakjes.
16. Verhit 1 el olie in een koekenpan en bak de knoflook 2 minuten op laag vuur.
17. Schenk de kruidenolie en de knoflookplakjes met de olie uit de pan over de groenten.
18. Bestrooi met de pijnboompitten, kappertjes en peterselie.
19. Laat het gerecht minimaal 1 uur afgedekt buiten de koelkast marineren.

TIP: Lekker met ciabatta.

BRON: ah.nl

