



HET WITTE GOUD

Witte asperges met citroen-tahini, couscous en falafel

2 PERSONEN

⌚ 45 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍴 400 g witte asperges, geschild
- 🍴 175 g couscous
- 🍴 235 g falafel
- 🍴 Handje blanke amandelen
- 🍴 Handje bladpeterselie, gehakt
- 🍴 2 el tahini
- 🍴 ½ citroen, sap
- 🍴 1 citroen, rasp
- 🍴 1 teen knoflook, fijngehakt
- 🍴 ½ tl suiker
- 🍴 snufje cayennepeper
- 🍴 olijfolie
- 🍴 zout & peper

MATERIAAL: hapjespan, bakplaat met bakpapier

ZO MAAK JE HET:

1. Verwarm de oven voor op 200°C en zet een bakplaat met bakpapier klaar.
2. Hussel de geschilde asperges met een halve eetlepel olijfolie en wat peper en zout.
3. Leg ze met tussenruimte op de bakplaat.
4. Bak ze in 20 tot 25 minuten zacht, tot ze beginnen te bruinen.
5. Test even met een mesje om te checken of ze beetbaar zijn.
6. Terwijl de asperges in de oven zitten, bereid je de couscous.
7. Doe dat volgens de aanwijzingen op de verpakking.
8. Bak de amandelen in een droge koekenpan tot ze goudbruin en geurig zijn.
9. Zet ze apart.
10. Heb je hele amandelen gebruikt, hak die dan nog even fijn.
11. Zet de koekenpan terug op het vuur, voeg een eetlepel olijfolie toe en bak de falafel balletjes rondom bruin.
12. Meng voor de vegan aspergesaus de tahini met het citroensap.
13. Voeg een beetje water toe om de dressing dunner te maken.
14. Doe de knoflook en suiker erbij en breng op smaak met zout en cayennepeper.
15. Schep wat couscous op elk bord en leg de asperges er in het midden bovenop.
16. Giet er wat van de citroen-tahini overheen.
17. Leg de falafel aan de zijkant van de asperges.
18. Bestrooi met de amandelen, peterselie en de citroenrasp.

BRON: culy.nl

