



Tajine van kalfsvlees met venkel en amandelen

2 PERSONEN

🕒 70 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍷 ½ ui
- 🍷 1 teentje knoflook
- 🍷 400 g kalfslapjes
- 🍷 ½ venkelknol
- 🍷 ½ sinaasappel
- 🍷 1 el olijfolie
- 🍷 200 g gepelde tomaten uit blik
- 🍷 ½ vleesbouillontablet
- 🍷 ½ envelopje saffraan
- 🍷 ½ zakje garneren amandelen
- 🍷 2 takjes munt

Materiaal: tajine of braadpan met goed sluitende deksel

Zo maak je het:

1. Ui en knoflook pellen en snipperen.
2. Kalfslapjes in blokjes van ca. 3 cm snijden en bestrooien met peper.
3. Onderkant en steeltjes van venkel verwijderen en venkel in 8 gelijke parten snijden.
4. Sinaasappel uitpersen.
5. In (stoof)pan olie verhitten en ui en knoflook ca. 1 minuut bakken.
6. Vlees toevoegen en in ca. 4 minuten al omscheppend lichtbruin bakken.
7. Venkel, sinaasappelsap, tomaten met sap, bouillontablet en 50 ml water toevoegen en vocht op matig vuur aan de kook brengen.
8. Zodra vocht kookt, vuur lager draaien en saffraan toevoegen.
9. Met deksel schuin op pan vlees in ca. 90 minuten zachtjes gaar stoven, af en toe doorscheppen.
10. Intussen in droge koekenpan amandelen lichtbruin roosteren.
11. Munt fijnhakken.
12. Kalfstajine op smaak brengen met zout en peper en bestrooien met geroosterde amandelen en munt.

TIP: Lekker met couscous.

BRON: ah.nl

