



Tajine van lam met pruimen en tomaten

2 PERSONEN

⌚ 90 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍷 1 tomaat
- 🍷 1 ui
- 🍷 1 teen knoflook
- 🍷 500 g lamsvlees
- 🍷 2 el traditionele olijfolie
- 🍷 ½ el kaneel
- 🍷 ½ tl gemalen gember
- 🍷 ½ buisje saffraan
- 🍷 1½ el sesamzaad
- 🍷 50 g ongebrande amandelen
- 🍷 5 g verse platte peterselie
- 🍷 100 g gedroogde pruimen zonder pit

Materiaal: tajine of braadpan met goed sluitende deksel

Zo maak je het:

1. Snijd de tomaat aan de onderkant kruislings in.
2. Dompel 'm 20 seconden in kokend water.
3. Neem eruit en laat afkoelen in ijswater.
4. Pel daarna het vel eraf.
5. Verwijder de zaadjes en snijd de tomaten in blokjes.
6. Snipper de ui en snijd de knoflook fijn.
7. Snijd het lamsvlees in stukken.
8. Verhit ¾ van de olie in een braadpan en voeg het lamsvlees, de ui, de knoflook, de kaneel, het gemberpoeder, de saffraan en peper en zout naar smaak toe.
9. Bak op hoog vuur 5 minuten.
10. Voeg de tomaat toe en bak nog 5 minuten mee.
11. Draai het vuur laag wanneer het vlees mooi bruin is
12. Schep in de tajine of laat in de braadpan.
13. Voeg kokend water toe tot alles net onder staat.
14. Laat op laag vuur 1 uur garen.
15. Roer af en toe om en schenk indien nodig kokend water erbij.
16. Rooster het sesamzaad in een koekenpan zonder olie of boter 2 minuten.
17. Laat afkoelen op een bord.
18. Verhit de rest van de olie in dezelfde pan en rooster de amandelen in ca. 3 minuten knapperig.
19. Snijd het blad van de peterselie fijn en voeg dit enkele minuten voor einde van de kooktijd toe aan het vlees.
20. Laat de pruimen 4 minuten wellen in heet water.
21. Laat uitlekken en wentel door het sesamzaad.
22. Verdeel de amandelen en pruimen over het vlees.

TIP: Lekker met couscous

BRON: ah.nl

