



Tajine van sperziebonen met vleesreepjes en champignons

2 PERSONEN

⌚ 30 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍴 1 el traditionele olijfolie
- 🍴 150 g varkensvleesreepjes
- 🍴 150 g verse sperziebonen
- 🍴 125 g champignons
- 🍴 1 teen knoflook
- 🍴 200 g tomatenblokjes
- 🍴 ½ tl gemalen komijn
- 🍴 ½ tl kaneel
- 🍴 ½ tl gemalen korianderzaad
- 🍴 mespuntje cayennepeper
- 🍴 150 g couscous
- 🍴 250 ml kokend water
- 🍴 1 el verse koriander

Materiaal: tajine of braadpan met goed sluitende deksel

Zo maak je het:

1. Verhit de olie in een braadpan en bak hierin de vleesreepjes in 5 minuten al omscheppend bruin.
2. Maak de sperziebonen schoon en verwijder de steelaanzet.
3. Snijd de champignons in kwarten.
4. Voeg de sperziebonen en champignons toe en pers de knoflook boven de pan uit.
5. Bak de groenten 5 minuten mee.
6. Voeg de tomatenblokjes met vocht, de komijn, de kaneel en het korianderzaad toe en breng het geheel op smaak met de cayennepeper en zout.
7. Strooi de couscous in een ruime schaal en schenk er het kokend water op.
8. Laat de couscous 5 minuten wellen en roer 'm los met een vork.
9. Verdeel de couscous over de borden en schep de tajine erover.
10. Hak de koriander fijn en strooi over de tajine.
11. Serveer direct.

TIP: Wees voorzichtig met cayennepeper. Cayennepeper is gemalen gedroogde rode peper en is erg pikant. Je kunt de cayennepeper vervangen door paprikapoeder.

BRON: ah.nl

