



Tajine van pompoen met couscous en pruimen

2 PERSONEN

🕒 30 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍴 3 el olijfolie
- 🍴 400 g pompoenblokjes
- 🍴 1 geschilde wortel, grof gesneden
- 🍴 1 kleine courgette, in grove stukken
- 🍴 2 pomodori-tomaten, in partjes
- 🍴 1 tl ras el hanout
- 🍴 6 geweldige pitloze pruimen
- 🍴 4 el blanke amandelen
- 🍴 200 g Al'Fez Moroccan Spiced Couscous
- 🍴 2 el koriander, gesneden

Materiaal: tajine of braadpan met goed sluitende deksel

Zo maak je het:

1. Verhit de olie in een hapjespan.
2. Voeg de pompoenblokjes toe en bak 2 minuten.
3. Roer de wortel, courgette, tomaat, ras el hanout en pruimen door de pompoen.
4. Breng op smaak met zout en peper.
5. Voeg 50 ml water toe.
6. Leg een deksel op de pan en stoof de groente in circa 10 minuten gaar.
7. Rooster ondertussen de amandelen in een droge koekenpan goudbruin.
8. Voeg ze daarna toe aan de gestoofde groente.
9. Schep de groenten in de pan aan de kant en schep de couscous ernaast.
10. Verwarm naast elkaar nog enkele minuten.
11. Schep de couscous in twee diepe kommen en verdeel de groente eroverheen.
12. Bestrooi met koriander.

BRON: culy.nl

