



Tajine van makreel met gekonfijte citroen en jonge groenten

2 PERSONEN

⌚ 45 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍷 300 g verse makreelfilet
- 🍷 ½ gekonfijte citroen en
- 🍷 ½ citroen vers
- 🍷 200 g kikkererwten, blik
- 🍷 400 g jonge voorjaarsgroenten zoals prei, worteltjes en peultjes
- 🍷 ¾ el ras al hanout
- 🍷 scheut olijfolie
- 🍷 500 ml groentebouillon van tablet

Materiaal: tajine of braadpan met goed sluitende deksel

Zo maak je het:

1. Halveer de gekonfijte citroen, verwijder het pulp en snijd de schil in kleine stukjes.
2. Laat de kikkererwten uitlekken.
3. Maak de groenten schoon, snijd ze zo nodig iets kleiner.
4. Leg de groenten in de tajine, vuurvaste schaal of pan.
5. Voeg de kikkererwten en de stukjes gekonfijte citroenschil toe.
6. Rasp de schil van de verse citroen erboven.
7. Bestrooi met de ras al hanout en schenk er een scheut olijfolie over.
8. Hussel door elkaar.
9. Knijp er vervolgens een ¼ citroen boven uit.
10. Schenk de bouillon erbij.
11. Zet de tajine, vuurvaste schaal of pan op een matig hoog vuur.
12. Zet het deksel erop zodra de bouillon begint te koken en draai het vuur op z'n laagst.
13. Laat de groenten 5 minuten pruttelen.
14. Leg na 5 minuten pruttelen de makreelfilet tussen de groenten.
15. Schep er wat vocht uit de tajine over, dek af met het deksel en laat de makreel in 10-12 minuten gaar worden.

TIP: Lekker met Marokkaans brood.

BRON: visrecepten.nl

