



Tunesië

BINNENKORT GRILLEN WE

MET EEN LEKKER STUKJE BELGISCH RUNDVLEES.

Kies altijd voor vlees van bij ons. Ook wanneer we Tunesië in de pan hakken.

Kooktip: dit gerecht is op z'n best met lekker rundergehakt van bij ons. Met zorg gekweekt, streng gecontroleerd en internationaal geprezen. Smakelijk. Bekijk dit recept op de achterzijde of ontdek andere gerechten op lekkervanbijons.be.

 #REDTOGETHER

Lekker
VAN BIJ
ONS.be

Tunesië

RUNDKOF TA MET KNOLSELDER EN KOMKOMMERSAMBAL

Met deze Tunesische klassieker haal je de zomer in huis. Serveer deze verrukkelijke rundkofta aan vrienden of familie en proef de exotische, warme smaken van Tunesië.

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

500 g rundergehakt • 1 ui fijngesneden •
2 tl komijnpoeder • 2 tl korianderpoeder
• 2 tl paprikapoeder • 3/4 tl cayennepeper • 1 tl zout • verse bladpeterselie •
verse koriander • 1/2 knolselder

225 g kikkererwten (blikje, uitgelekt) •
Griekse yoghurt • 2 el tahin (sesampasta)
• 50 ml olijfolie

1 komkommer • 1 el suiker • 2 teentjes
geperste look • 1/2 groene chilipeper •
1 el (chardonnay)azijn

BEREIDING

Meng het rundergehakt in een mengkom met de fijngesneden ui, komijn-, koriander- en paprikapoeder, en cayennepeper. Hak de bladpeterselie en verse koriander fijn en meng onder het gehakt. Laat het mengsel

twee uur rusten.

Neem een grote lepel van het mengsel en kneed als een worstje rond een spies of prikker. Gril op de barbecue of in een grillpan.

Meng de Griekse yoghurt met de tahin en olijfolie. Vermeng de kikkererwten voorzichtig met een garde door het yoghurtmengsel.

Snijd de komkommer en chilipeper (verwijder de pitjes) in fijne blokjes en vermeng met suiker, look en de (chardonnay)azijn om de komkommersambal te maken.

Schil de knolselder en snijd die in blokjes. Bak de knolselder aan in olijfolie en kruid met peper en zout.



In samenwerking met Chef-kok
Bartel Dewulf en Frédéric Decruyenaere,
huischefs van onze Rode Duivels

