

## Recept week 35

Suikermais, romanesco, snijbonen en sla.

### Marokkaanse gehaktballetjes uit de tajine

300 g basmatirijst  
100 g dadels zonder pit  
1 ei  
400 g rundergehakt  
1 el komijnpoeder  
olijfolie om in te bakken  
3 teentjes knoflook  
2 rode uien  
0.5 g saffraan  
1 sinaasappel  
400 ml tomatenblokjes  
1 bosje koriander  
1 Romanesco  
Extra nodig  
tajine

#### Rijst

Kook de rijst gaar volgens de bereidingswijze op de verpakking.

Marokkaanse gehaktballetjes uit de tajine

Snijd de dadels fijn.

Kneed in een grote kom de dadels, ei, gehakt, komijnpoeder, kaneelpoeder, paneermeel, een beetje zout en versgemalen peper door elkaar en rol er gelijke balletjes ter grootte van een pingpongbal van. Verhit een scheut olie in de tajine en bak de Marokkaanse gehaktballetjes in circa 4 minuten rondom goudbruin.

Pel en snijd de knoflook grof.

Pel en snijd de uien in parten.

Voeg de uien, knoflook en saffraan toe aan de tajine en bak circa 2 minuten mee.

Snijd de sinaasappel in parten.

Voeg de tomatenblokjes, sinaasappelpartten toe aan de tajine. Zet de deksel op de tajine en stoof de gehaktballetjes in circa 15 minuten gaar.

Snijd de koriander fijn.

Romanesco

Breng een pan met water en een beetje zout aan de kook.

Snijd de romanesco in gelijke roosjes. Kook de roosjes in circa 4 minuten beetgaar. Giet af.

Serveren

Verdeel de rijst over borden. Verdeel de Marokkaanse gehaktballetjes en de romanesco over de rijst en lepel de saus eroverheen. Strooi de koriander eroverheen.

### Snijbonen in satésaus met mihoen

250 g mihoen  
400 g snijbonen  
1 rode peper  
300 g kipfilet  
arachideolie  
2 tl gemberpoeder  
200 ml water  
200 ml kokosmelk  
2 el pindakaas met nootjes  
1 bosje bosui  
150 g taugé  
75 g gebakken uitjes

Mihoen

Gaar de mihoen gaar volgens de bereidingswijze op de verpakking.

Snijbonen in satésaus

Breng een pan met water en een beetje zout aan de kook.

Verwijder de uiteindes van de snijbonen en snijd de snijbonen in ruitjes. Kook de snijbonen in circa 4 minuten beetgaar en giet ze af.

Snijd de rode peper in ringetjes.

Snijd de kipfilet in blokjes.

Verhit een scheutje olie in een pan en fruit de rode peper en het gemberpoeder circa 1 minuut. Voeg de kipfilet toe en bak circa 4 minuten mee. Schenk het water en de kokosmelk erbij en voeg de pindakaas toe. Breng het geheel aan de kook en laat circa 4 minuten op laag vuur koken.

Snijd de bosui in ringetjes.

Voeg de bosui, taugé en de snijbonen toe en laat 2 minuten meekoken. Breng op smaak met een beetje zout en peper.

Serveren

Verdeel de mihoen over borden en lepel de snijbonen in satésaus erover. Strooi de gebakken uitjes erover.

## **Roberta's roze burger (zalmburgers met maïs)**

Voor de zalmburgers

500 g zalmfilet

2 lente-uien

2 druppels sesamololie

1 limoen

4 maïskolven

1 schepje suiker

0.25 krop ijsbergsla

1 el zoete chilisaus

3 el mayonaise

4 hamburgerbroodjes

1 avocado

100 g geraspte wortel

25 g roomboter

keukenmachine

Snijd de zalmfilet in stukken en laat ze 30 minuten aanvriezen in de diepvries. Snijd de lente-uien fijn. Maal in de kom van de keukenmachine de ijskoude zalmstukken tot een grof gehakt. Voeg de lente-uien, een paar druppels sesamololie, een scheutje limoensap en wat zout en peper toe en maal nog even door. Vorm 4 hamburgers van het zalmgehakt. Leg ze tot gebruik in de koelkast.

Kook de maïskolven gaar met een schepje suiker. Snijd de sla in fijne reepjes. Roer de chilisaus door de mayonaise. Voeg evt. een klein scheutje limoensap toe.

Verhit een koekenpan en bak de zalmburgers in een scheutje olie in 3-4 minuten per kant goudbruin en medium gaar. Snijd het avocadovruchtvlees in plakjes. Beleg de broodjes met plakjes avocado en wortelrasp. Leg de zalmburgers erop en lepel hier de chilimayonaise overheen.

Geef de maïskolf erbij. Leg hier een klontje boter op en strooi er een beetje zout over. Leg de ijsbergsla erbij en serveer.

Voor volwassenen: geef extra partjes limoen en verse koriander erbij.

**EET SMAKELIJK!**