

MARLEY SPOON



Ratatouille met een twist,

kapperappeltjes en couscous



20-30min



Voor 3-4 personen

Het geliefde ratje Remy uit de gelijknamige Disney-film zou met veel plezier een bordje van deze overheerlijke ratatouille opsmikkelen. Traditioneel worden de groenten lang gestoofd zodat een romige consistentie ontstaat. Onze chef Judith geeft er een moderne twist in aan door er tomaten-couscous bij te serveren en met kapperappeltjes, ookwel reuzenkappertjes genoemd, van Olives & more te garneren.

Wat je van ons krijgt

- blik tomatenpassata
- couscous ¹
- courgette
- rode paprika's
- Olives & more kapperappeltjes
- verse peterselie
- aubergine
- tenen knoflook
- vers chilipepertje
- blik kikkererwten
- Provençaalse kruidenmix
- uien
- pakje passata

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- olijfolie
- zout
- zwarte peper

Kookgerei

- grote koekenpan
- kleine kookpan
- maatbeker
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen.

Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 720.0kcal, vet 24.0g, eiwit 22.4g, koolhydraten 94.6g



1. Groenten voorbereiden

Pel en hak zowel de **uien** als **knoflook** fijn. Halveer de **paprika's**, verwijder kern en snijd in 0,5cm brede repen. Snijd stronk van **aubergine** en **courgette**, snijd ze in 1cm grote blokjes. Halveer het **chilipepertje**, verwijder zaden en zaadlijsten als je niet van pittig houdt en hak fijn. Giet de **kikkererwten** af en spoel ze schoon onder de koude kraan.



4. Couscous koken

Voeg **400g tomatenpassata** en 400ml water aan de uienpan toe. Doe dan **couscous** erbij, breng op smaak met peper en zout en kook de **couscous** op laag vuur in 8-10min gaar. Zet de pan afgedekt opzij.



2. Ui bakken

Verhit 1el olie in een middelgrote kookpan op middelhoog vuur. Voeg de gehakte **ui** toe en bak in 3-4min glazig. Voeg **1/2 van de Provençaalse kruidenmix** en **1/2 knoflook** toe en bak 1min mee.



5. Ratatouille afmaken

Voeg de **overige knoflook** en **Provençaalse kruiden** aan de **groenten** toe en bak nog 1min mee. Voeg dan de **kikkererwten** en de **rest van de tomatenpassata** toe en kook 3min op laag vuur. Breng de **ratatouille** op smaak met zout en 1-1,5el azijn (bij voorkeur rodevijn- of balsamicoazijn).



3. Groenten bakken

Verhit intussen 1-2el olie in een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur. Voeg de **paprika**, **aubergine** en **courgette** en **1/2 van de chilipeper** toe en bak 10-12min totdat de **groenten** gaar en lichtbruin zijn. Voeg evt. meer **chilipeper** naar smaak toe.



6. Topping maken

Hak ondertussen de **peterselie** fijn. Roer **3/4 gehakte peterselie** door de gekookte **couscous** en breng op smaak met zout en peper. Verdeel de **couscous** over de borden en serveer de **ratatouille** erbovenop. Garneer met **kapperappeltjes** en **overige peterselie**.