

MARLEY SPOON



Marokkaanse drumsticks

met dadels, courgette en aubergine



40-50min



Voor 3-4 personen

Menig Marokkaanse bazaar lonkt met zijn tafels bomvol kommen en schalen gevuld met specerijen. Toch zijn het niet alleen de kleuren en geuren die de show stelen in dit smaakvolle gerecht. Het is een geliefde vrucht uit de Arabische keuken: de dadel. Fijngenhakt geeft deze gedroogde topper de malse kippenbouten en groenten een aangenaam zoet accent.

Wat je van ons krijgt

- tenen knoflook
- gepelde amandelen ¹⁵
- harissa kruidenmix
- kipbouillonblokjes ⁹
- courgettes
- aubergine
- blije ilper drumsticks
- bulgur ¹
- medjool dadels

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- zout
- zwarte peper

Kookgerei

- aluminiumfolie
- ovenschaal
- maatbeker
- oven

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

Wie wil kan de amandelen in een kleine koekenpan zonder olie op middellaag vuur in 2-3min goudbruin roosteren en dan grof hakken

Allergenen

gluten (1), selderij (9), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 745kcal, vet 28.3g, koolhydraten 71.7g, eiwit 46.1g



1. Bouillon maken

Verwarm de oven voor op 200°C hetelucht/220°C. Breng 800ml water aan de kook in een kookpan of waterkoker. Schenk in een maatbeker en verkrummel de **kipbouillonblokjes** erboven. Laat goed oplossen.



2. Ingrediënten voorbereiden

Verwijder de kroon van de **aubergine**, snijd deze in de lengte in 1cm dikke plakken en vervolgens in blokjes van 1-2cm. Meng **aubergine** in een kom met 1-2el olie. Halveer de **courgettes** in de lengte en snijd in 1cm dikke plakken. Pel de **knoflook** en hak fijn. Verwijder pitten uit **medjouldadels** en snijd de **dadels** in repen.



3. Kip kruiden

Kippenbouten overlangs insnijden. **Kip** met **harissakruiden** en 1-2el olijfolie mengen. Wrijf de **specerijen** goed in en bestrooi met zout.



4. Ovenschaal opbouwen

Strooi de **bulgur** op de bodem van een grote ovenschaal. Verdeel achtereenvolgens de **dadels**, **courgette** en **knoflook** erover.



5. Kippenbouten toevoegen

Leg de **kippenboutens** in het midden en verdeel de **aubergineblokjes** eromheen. Schenk de **bouillon** over de **groenten**. Bestrooi ovenschotel met een beetje zout en peper.



6. Ovenschotel bakken

Dek de ovenschaal met aluminiumfolie af en plaats 20min in de oven. Haal dan het folie eraf en zet nog 15min in de oven tot de **kip** bruin kleurt en **bulgur** gaar is. Hak intussen de **amandelen** grof (**zie kooktip, links**). Strooi ze ter garnering over de **ovenschotel**.