

Gegrilde perzik en venkel

met couscoussalade en romesco



20-30min



2 personen

Een van de populairste Catalaanse sauzen is de romesco. De saus werd al eeuwen geleden door vissers gemaakt omdat de daarvoor benodigde ingrediënten onderweg goed houdbaar waren. De romesco is doorgaans erg pittig, dus hebben wij 'm met granaatappelsiroop en hazelnoten toegankelijker gemaakt. Probeer hem in onze couscoussalade getopt met perzik, gegrilde venkel en feta-kruimels voor een bord Me...

Wat je van ons krijgt

- hazelnoten ¹⁵
- verse kruidenmix: dragon, koriander, munt & peterselie
- venkel
- feta ⁷
- perzik
- citroen
- couscous ¹
- sherryazijn ¹²
- gegrilde paprika

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- grillpan of koekenpan
- keukenrasp
- maatbeker
- staafmixer

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

Allergenen

gluten (1), melk (7), zwaveldioxide en sulfieten (12), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 830kcal, vet 47.6g, koolhydraten 71.5g, eiwit 21.1g



1. Venkel snijden

Snijd de stronk en het **loof** van de **venkel**. Snijd de **venkel** in de lengte in 1cm brede schijven. Rasp en halveer de **citroen**, pers één **citroenhelft** uit en snijd de **andere helft** in partjes. Pluk de verse **kruidenblaadjes** en hak de **blaadjes** fijn. Doe de steeltjes weg. Breng 250ml water in een waterkoker aan de kook.



4. Saus en dressing maken

Maak een **dressing** van **2el citroensap**, 1-2el olijfolie, 1el water, peper, zout en snufje suiker. Doe de **gegrilde paprika** met de **helft van de hazelnoten**, **helft van de sherryazijn**, 1-2tl water en 2tl olijfolie in een hoge (maat)beker en pureer met staafmixer tot een semi-gladde **sous**, dit kan even duren. Breng op smaak met zout, peper en evt. meer **sherryazijn**.



2. Venkel grillen

Verhit een grillpan of grote koekenpan op middelhoog vuur. Hussel de **venkel** om met 1-2el olijfolie en een flinke snuf zout en peper. Bak de **venkel** in 10-15min gaar en bruin in de pan. Schep daarbij regelmatig om en zet het vuur iets lager als de **venkel** te donker wordt. Neem de **groente** uit de pan, hussel om met **0,5tl citroenrasp** en zet opzij.



5. Perzik grillen

Snijd de **perziken** rondom langs de pit in, draai open en wrik de pit eruit. Snijd de **vrucht** in 1cm brede partjes. Verhit de grillpan of koekenpan opnieuw op middelhoog vuur en bak de **perzik** 2min op een kant, draai om en bak nog 1-2min totdat de **perzikplakjes** gekarameliseerd zijn en goudbruin zien.



3. Couscous garen

Doe intussen de **couscous** met 1/4tl zout in een hittebestendige kom of een pan en overgiet met het zojuist gekookte water. Roer door, dek af met een deksel of een bord en laat 8-10min wellen totdat de **couscous** gaar is. Roer de **couscous** vervolgens luchtig met een vork.



6. Toppings maken

Hak intussen de **rest van de hazelnoten** grof. Verkruiemel de **feta** grof. Roer de **dressing** met **3/4e van de gehakte kruiden** en **0,5-1tl citroenrasp** door de **couscous**. Schep de **couscous** op en verdeel de **gegrilde venkel** en **perzik** erover. Bestrooi met de **feta**, **rest van de kruiden** en **gehakte hazelnoten**. Garneer met wat lepels **sous**. Serveer met de __citro...