



Elvea, een feest uit Italië

Midden-Oosterse ovenschotel met ragu en tomatensalsa



Ingredienten voor 4 Personen

1	rode ajuin
1 teentje	look
1 stengel	selder
0,50	prei
3 grote	wortels
1 kg	varkens-rundsgenhakt
150 ml	rode wijn
1 takje	verse salie
1 takje	verse citroentijm
1 takje	verse rozemarijn
1 fles	ELVEA Passata Natuur
1 klontje	harissa
	olijfolie
	peper
	zout
1	sjalot, fijngesnipperd
1 blik	kikkererwten
1 snuifje	komijn
1 snuifje	ras el hanout
1 snuifje	za'atar
1 snuifje	chilipoeder
2 handen	verse spinazie
100 g	ricotta
2 eetlepels	pijnboompitten
4 eetlepels	Griekse yoghurt
blaadjes	mint, fijnggehakt
1 handje	platte peterselie
1 handje	koriander
1 teentje	look
2 eetlepels	ELVEA Cubes





Elvea, een feest uit Italië

Bereiding

Maak de ragu saus:

Snipper de ui en loof fijn. Snijd de selder, prei en wortelen in blokjes. Bind de kruiden op. Stoof het vlees aan in een scheutje olijfolie. Voeg vervolgens de groentjes en de kruiden toe en laat deze meestoven. Blus met de rode wijn en de passata. Breng de saus op smaak met peper en zout en laat rustig pruttelen gedurende een uurtje - roer regelmatig. Voeg voor wat extra pit nog de harissa toe.

Maak de ovenschotel:

Verwarm de oven voor op 180 graden.

Verhit een scheutje olijfolie in een wokpan op het vuur. Fruit er de sjalot in aan en voeg vervolgens de kikkererwten toe. Kruid met komijn, ras-el-hanout, za'atar, chilipoeder en zout. Laat even bakken zodat de kruiden hun aroma kunnen vrijgeven. Voeg er daarna de spinazie aan toe en laat deze nog een minuutje meebakken.

Neem een ovenschotel en schep een laagje van de kruidige kikkererwten op de bodem. Schenk er een laag ragu saus op en verdeel er de ricotta over. Bestrooi het geheel met pijnboompitten en plaats de schoten vervolgens 15 minuten in de oven.

Maak ondertussen de tomatensalsa door alle ingrediënten te mengen in een kommetje.

Serveren:

Verdeel de ovenschotel over bordjes. Serveer met de tomatensalsa.

Recept info: "Italiaans, makkelijk & gezond"

