

4. Kikkererwten met snijbiet*



Ingrediënten voor 2 personen

200 gram ongekoekte kikkererwten**

350 gram snijbiet

1 pot tomatenpassata of gepelde tomaten

olijfolie

1 groot ui

3 tenen knoflook

1,5 theelepel gemalen komijn

1,5 theelepel gerookte paprikapoeder

Kikkererwten weken en koken

Spoel de kikkererwten af in een zeef en doe ze in een pan met ruim water. Laat ze 12 uur weken.

Giet de kikkererwten in een vergiet en spoel ze schoon. Doe ze in een pan met ruim water en breng ze aan de kook. Zet de pan na 5 minuten koken in een hooikist***. Laat ze daar 6 uur of langer garen.

Bereiden

Was de snijbiet. Snij het blad van de stelen en snij dat in stukjes.

Snij ook de stelen in stukjes en hou deze apart.

Pel en snipper het ui. Maak de knoflook schoon en snij die in kleine stukjes.

Doe een scheut olijfolie in een braadpan en zet deze op een middelhoog vuur.

Fruit het ui, voeg de knoflook toe en een paar minuten later de komijn en paprikapoeder.

Doe daarna de snijbietstelen bij het uimengsel en laat deze drie minuten meebakken.

Voeg daarna het snijbietblad toe. Roerbak de groente een minuut of vijf, tot ze gaat slinken.

Open de pot tomatenpassata en doe de inhoud bij de groente. Laat het geheel aan de kook komen.

Giet wat kookvocht van de kikkererwten in een mok en spoel de peulvruchten af in een vergiet.

Voeg ze daarna toe aan het groentemengsel, samen met het kookvocht.

Laat het gerecht nog 20 minuten zachtjes garen.

Deze stoofschotel smaakt het lekkerst als je het gerecht een dag laat staan. Voeg dan wat water toe als het gerecht te droog is geworden.

* Dit gerecht is een variatie op *Garbanzos con espinacas*, een stoofschotel met kikkererwten en spinazie uit Andalusië.

** Ik gebruik in gerechten het liefst ongekookte peulvruchten omdat ik die smakelijker vind.

*** Een hooikist is niet meer of minder dan een plek waar een pan met eten zo lang mogelijk op temperatuur blijft. Onze hooikist is een doos met een afgedankt dekbed. Voor ik de pan in de hooikist zet, knoop ik er eerst een theedoek om, zodat het deksel er niet af kan schuiven. De pan met theedoek zet ik in een plastic tas, die ik dicht draai. Zo kan de stoom niet uit de pan ontsnappen en blijft het dekbed droog.