

[afdrukken](#)

Tajine met vlees

Tajines worden veel gegeten in Marokko, ik ben hier onlangs geweest en heb een aantal zeer lekkere tajine gerechten op. Doordat tijdens het koken de condens neerslaat op het deksel en het weer terug in de schaal komt. Hierdoor lijkt het effect van een tajine veel op die van een braadpan.

OMSCHRIJVING

1

Voor dit gerecht zet je de tajine op het fornuis en fruit je in wat olijfolie een teentje knoflook en leg je het vlees erbij.

2

Doe de kruiden erbij, peper, gember, kurkuma, komijn en vleeskruiden. Roer alles goed aan.

3

Bak het vlees lichtjes aan en voeg dan de blokjes courgette en de tomaten toe. Breng op smaak met wat zout en peper en een stokje kaneel.

Ingrediënten

Voor 2 personen

- 1 flinke teen knoflook
- 220 gr. mager varkensvlees
- halve courgette in blokjes
- half blik tomaten
- 1/2 theelepel gemalen zwarte peper
- 1/2 theelepel gemberpoeder
- 1/2 theelepel kurkuma
- 1/2 theelepel komijnpoeder
- 1/2 theelepel vleeskruiden
- 100 gr. aardappeltjes
- 1 stokje kaneel
- zout
- olijfolie

4

Doe het deksel van de tajine er op en laat het ongeveer op niet te hoog vuur voor 8 minuten doorpruttelen.

5

Giet na 8 minuten een klein beetje bouillon erbij en doe de aardappeltjes erdoor.

6

Zet het deksel er weer op en zet in een voorverwarmde oven van 180 graden voor 30 minuten.

7

Serveer bij dit recept lekker wat brood, perfect gerecht om te deppen.