VIS TAJINE

Land: Marokkaans
Maaltijd: Hoofdgerecht
Porties: 2 personen
Bereidingstijd: 20 minuten + 15 min. marineren (of een hele nacht) + 1 uur stoven

INGREDIËNTEN VOOR 2 PERSONEN

- 300 gram witte vis
- 2 wortels
- 2 aardappels
- 2 tomaten
- 1 bosje peterselie
- 2 teentjes knoflook
- 1 tl paprikapoeder
- 1 tl komijn
- 1/2 tl gember
- 1 tl kurkuma
- paar draadjes saffraan
- 1 citroen
- 1 rode peper
- 1 ui
- 12 groene olijven

WAT GA JE DOEN

Hak de peterselie zo fijn mogelijk. Pers de teentjes knoflook uit. Maal de saffraandraadjes fijn in een vijzel. Maak een marinade van de peterselie, knoflook, paprikapoeder, komijn, gember, kurkuma en saffraan met 2 el olijfolie. Laat de vis hier minimaal 15 minuten in marineren, maar langer mag ook.

Snijd de wortels, aardappels en tomaten in dunne plakjes. Snijd de ui in halve ringen en de rode peper in kleine ringetjes. Snijd de citroen in schijfjes.

Zet de tajine (of een braadpan) op laag vuur met een vlamverdeler (niet per se nodig bij een braadpan) en giet een beetje olie op de bodem. Leg hier als eerste de plakjes wortel en aardappel op en verdeel de uienringen hierover. Leg de vis met marinade bovenop de wortel en aardappel en leg hier omheen de plakjes tomaat. Maak af met de schijfjes citroen, rode peper en olijven. In een tajine kun je hier makkelijk een mooie ‘bol’ mee bouwen (zie foto), in een braadpan wordt het waarschijnlijk een wat rommeliger geheel.

Laat de vis tajine ongeveer 1 uur stoven op laag vuur. Houd in de gaten of de bodem niet aanbrandt, voeg eventueel een beetje water toe als dit dreigt te gebeuren. Bij mij was dit niet nodig, want ook uit de groente komt veel vocht. Proef of de wortel een aardappel gaar is, zo niet, laat de vis tajine dan nog iets langer garen.

Lekker met (Turks) brood of stokbrood.