

Ingrediënten voor 6 personen

1 kilo lamsschouder, 2 uien, 500 gram van naar keuze twee of drie van de volgende groenten: broccoli, bleekselderij, spercieboontjes, spruitjes, krieltjes, cherrytomaatjes, tuinboontjes, 100 gr olijfolie, kaneel, komijnpoeder, gemberwortelpoeder, peper en zout, citroensap van een halve citroen.

Tijd: > 2 uur
Keuken: Marokkaans
Smaak: Pittig
Soort_gerecht: Feestmaaltijd
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Tajine van lamsvlees

Een heerlijk Marokkaans lookalike gerecht van lamsvlees met diverse groenten naar keuze.

Hulpmiddelen

Tajine

Vorbereiding

Snij het vlees in blokjes van 2 x 2 cm. Bestrooi het vlees met peper en zout. Snij de ui klein. Maak de groenten schoon en snij indien nodig in stukken. Verwarm de oven 10 minuten voor op 160 graden, gasstand 3.

Bereidingswijze

Doe in de tajine de olie en voeg het vlees toe. Voeg ook de kruiden toe. Wees niet te voorzichtig. Zet de tajine met het deksel erop in de oven gedurende twee uur. Proef het vlees. Heeft u voor uw gevoel teveel kruiden toegevoegd voeg dan eventueel nog twee aan stukken gesneden geschilde aardappelen toe om de smaak te verzachten. Voeg de harde groenten (boontjes, spruiten etc.) toe en laat nog een half uur in de oven staan. Voeg de zachte groeten toe (tomaatjes, broccoli etc.) en zet nogmaals de tajine voor 20 minuten in de oven. Voeg vlak voor het serveren het citroensap toe.

Serveertips

Serveren met couscous of turks brood. Heerlijk met pittige groentegerechten.