



## Paprikasoep met pitabroodpuntje

ARABISCH

4-6 personen

### Ingrediënten

Paprikasoep

2 paprika's

½ venkelknol

2 tomaten

1 dunne prei

1 ui

1 teentje knoflook

2 theelepels Ras el Hanout

2 groentebouillonblokjes

Pitabroodpuntjes

4 pitabroodjes

1 theelepels Oregano

### Bereiding

1. Was de paprika's, venkel, tomaten en de prei.
2. Snijd de paprika in blokjes. Snijd de venkelknol in blokjes. Snijd de tomaten in blokjes. Snijd de prei in halve ringen. Snipper de ui. Hak de knoflook fijn.
3. Verhit in de soeppan twee eetlepels olijfolie en bak op een laag pitje hier de ui en knoflook in. Zachtjes bakken totdat de ui glazig wordt – dit heet 'fruiten'.
4. Voeg nu de rest van de groenten en de Ras el hanout toe en bak nog 5 minuten.
5. Voeg 1 liter water toe aan de groenten en de bouillonblokken en breng aan de kook. Laat de soep 15 minuten koken.
6. Snijd de pitabroodjes elk in 8 punten. Meng in een kommetje de olijfolie met de oregano, wat peper en zout. Bestrijk elk pitabroodpuntje met een kwastje met de kruidenolie.
7. Leg de puntjes op een ovenrooster en zet in een voorverwarmde oven op 180 graden Celsius. Bak ze knapperig.
8. Pureer de soep met een staafmixer, proef de soep en breng eventueel op smaak met peper en zout.
9. Serveer de soep met een pitabroodpuntje.

## Couscous

4-6 personen

## ARABISCH

### Ingrediënten

1 groentebouillonblokje

150 gram volkoren couscous

2 eetlepels rozijnen

1 ui

½ aubergine

½ courgette

½ paprika

100 gram vegetarische kipstukjes

3 eetlepels olijfolie

1 theelepel Ras el Hanout



→ Blokje 1 x 1 cm

### Bereiding

1. Lees op de verpakking van de couscous hoeveel water je nodig hebt en breng dit aan de kook met het bouillonblokje. Doe de couscous in een kom en giet er de kokende bouillon over. Roer het met een vork goed door elkaar zodat het niet aan elkaar blijft plakken en laat de couscous wellen.
2. Doe de rozijnen in een zeef en was ze met lauwwarm water. Bewaar ze in een kommetje.
3. Maak de ui schoon en snipper hem fijn. Bewaar de gesnipperde ui in een kommetje.
4. Was de aubergine, courgette en paprika. Snijd ze in blokjes van 1 cm en doe in een kom.
5. Snijd de vegetarische kip in blokjes en doe in de kom met de gesneden groenten.
6. Verwarm de olijfolie in een koekenpan en bak hierin de gesnipperde ui. Voeg na 2 minuten de aubergine, courgette, paprika en kip toe en bak zachtjes voor 3 minuten.
7. Roer dan de Ras al Hanout en de rozijnen erdoor en verwarm nog 1 minuut.
8. Meng dan de couscous erdoor en warm het geheel goed door. Proef de couscous en breng eventueel op smaak met zout en peper.
9. Doe de couscous in een schaal, dek het af met aluminiumfolie en houdt het warm in een oven op 80 graden.

## Gebakken bloemkool

4-6 personen

ARABISCH

### Ingrediënten

1 kleine bloemkool

3 eetlepels olijfolie

### Bereiding

1. Snijd alles van de bloemkool, dus ook de bladeren en de stam, in stukjes van 2 x 2 cm.
2. Verwarm een koekenpan en voeg hierin de olijfolie toe.
3. Bak de bloemkool totdat de bloemkool net gaar en goudbruin is. Proef en breng op smaak met peper en zout.
4. Doe de bloemkool in een ovenschaal, dek deze af met een deksel of aluminiumfolie en houd warm in de oven op 80 graden Celsius.



Blokje 2 x 2 cm

## Hummus

4-6 personen

ARABISCH

### Ingrediënten

400 gram kikkererwten in blik

1 teen knoflook

½ citroen

75 ml olijfolie

Zout & peper

### Bereiding

1. Doe de kikkererwten in een zeef, spoel af met water en laat uitlekken.
2. Pel de knoflook.
3. Doe de kikkererwten samen met de knoflook in de kom van de keukenmachine en pureer het fijn.
4. Pers de citroen uit en voeg 2 eetlepels citroensap toe.
5. Voeg, terwijl de machine draait, de olie in een dun straaltje toe.
6. Laat de hummus minimaal 10 minuten in de keukenmachine draaien. De hummus moet een dikke crème worden.
7. Proef de hummus. Misschien moet er nog wat citroensap, peper en/of zout bij.

## Fruitprikkers

4-6 personen

ARABISCH

### Ingrediënten

15 druiven  
2 bananen  
3 mandarijnen  
2 appels  
½ citroen

### Bereiding

1. Pluk de druiven van de tros en was de druiven en bewaar ze in een kommetje.
2. Pel de bananen en snijd in dikke plakken en doe ze in een kom.
3. Pel de mandarijn, verdeel de mandarijn in partjes en doe in een kom.
4. Was de appel, snijd plakken rondom zodat je een vierkant klokhuis overhoudt. Snijd de plakken in grote blokken. Druppel wat citroensap over de appel, dan wordt de appel niet bruin.
5. Zet de vier kommen met het fruit naast elkaar, pak een prikker en prik van elke fruitsoort eentje op de prikker. Leg de prikkers op een bord.