



Shakshuka met eieren in pittige tomatensaus

Eieren gepocheerd in een geurige saus van tomaat, paprika en kruiden. Een kleurrijk Noord-Afrikaans gerecht dat recht uit de pan op tafel komt.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	25'	3	Ontbijt

Ingrediënten

- 6 eieren
- 1 blik gepelde tomaten (400 gr)
- 1 rode paprika
- 1 ui
- 2 teentjes look
- 1 kl komijnpoeder

1 kl paprikapoeder
1 snuifje cayennepeper
2 el olijfolie
zout
zwarte peper
een handvol verse koriander of bladpeterselie

Bereidingswijze

1. Pel en snipper de ui fijn. Pel de look en hak fijn. Verwijder de zaadlijsten van de paprika en snijd het vruchtvlees in kleine blokjes.
2. Verhit de olijfolie in een ruime, diepe pan op middelhoog vuur. Stoof de ui een viertal minuten tot hij glazig is.
3. Voeg de look, de paprika, het komijnpoeder, het paprikapoeder en de cayennepeper toe. Bak alles 2 minuten mee tot de kruiden beginnen te geuren.
4. Giet de gepelde tomaten erbij en plet ze grof met een houten lepel. Laat de saus op zacht vuur 10 tot 15 minuten zachtjes indikken.
5. Kruid bij met zout en zwarte peper.
6. Maak met een eetlepel zes kuiltjes in de saus. Breek in elk kuiltje voorzichtig een ei.
7. Dek de pan af met een deksel en laat op zacht vuur 6 tot 8 minuten garen tot het eiwit volledig gestold is maar de dooier nog zacht blijft.
8. Bestrooi met fijngesneden verse koriander of peterselie en serveer meteen uit de pan.

Tip

Laat de saus goed indikken voordat je de eieren toevoegt, anders wordt het geheel te waterig en garen de eieren moeilijker gelijkmatig.

Lekker met

Warm platbrood of pitabrood om in de saus te dopen.