



Mujadara met linzen, rijst en gebakken uien

Een eenvoudig maar geliefd Libanees gerecht van linzen en rijst, gekroond met zoete karamelbruine uien. Comfortfood dat vult en troost.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
15'	55'	4	Wereldkeuken

Ingrediënten

- 250 gr bruine of groene linzen
- 200 gr langkorrelige rijst
- 3 grote uien
- 6 el olijfolie
- 1 kl komijnpoeder
- 1 kl kaneelpoeder

1 liter water of groentebouillon
Zout en peper naar smaak
Handvol verse peterselie, grof gehakt

Bereidingswijze

1. Spoel de linzen onder koud stromend water. Kook ze in ruim ongezouten water gedurende ongeveer 15 minuten tot ze bijna gaar zijn. Giet af en zet apart.
2. Pel de uien en snijd ze in dunne halve ringen. Verhit de olijfolie in een ruime, zware pan op middelhoog vuur. Voeg de uien toe en bak ze geduldig, regelmatig roerend, gedurende 25 tot 30 minuten tot ze diep goudbruin en zoet zijn.
3. Schep de helft van de gebakken uien uit de pan en leg ze apart voor de garnering.
4. Voeg de rijst, het komijnpoeder en het kaneelpoeder toe aan de pan bij de resterende uien. Roer alles een minuut mee zodat de rijst de kruiden opneemt.
5. Voeg de half gekookte linzen toe. Giet het water of de groentebouillon erbij en breng op smaak met zout en peper. Roer even om.
6. Breng het geheel aan de kook. Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en laat 18 minuten zachtjes garen tot de rijst en linzen volledig gaar zijn en het vocht is opgenomen.
7. Neem de pan van het vuur en laat 5 minuten rusten met het deksel erop. Schep daarna luchtig om met een vork.
8. Verdeel de mujadara over de borden en werk af met de bewaarde gebakken uien en de gehakte peterselie.

Tip

Het geheim van een goede mujadara zit in het geduldig bakken van de uien. Neem de tijd en laat ze echt diep goudbruin kleuren voor de beste smaak.

Lekker met

Lekker met een frisse komkommeryoghurt of een eenvoudige groene salade.

Dranktip

Een glas gekoeld ayran of een lichte, fruitige rode wijn past goed bij de aardse smaken van dit gerecht.