

Menu 67. - Marokkaans

Bisteeya

Linzensoep

**Tagine M'Qalli Dial Bashas
Marokkaanse groentenstoofpot met
kikkererwten**

Marokkaans brood

Peasant pancakes

Marokkaans kippenpastei (Bisteeya)

voor (AH)

Ingrediënten (buffet 6 pers)

- 1 pak fillodeeg (diepvries) (225 g)
- 1 tablet kippenbouillon
- 125 g boter of margarine
- 1 ui
- 3 takjes koriander
- 6 sprietjes knoflookbieslook
- 500 g (scharrel)kipfilet
- 1 eetlepel knoflookpuree op olie (potje Silvo)
- 1 enveloppe saffraandraadjes
- 2 theelepels kaneelpoeder
- ½ theelepel gemberpoeder
- (versgemalen) zwarte peper en zout
- 2 zakjes garneermandelen (à 45 g)
- 1 eetlepel citroensap
- 3 eetlepels poedersuiker
- 6 (scharrel)eieren M
- keukenmachine
- ronde taart- of pizzavorm doorsnede ± 28 cm



Bereiding

- Fillodeeg ontdooien volgens gebruiksaanwijzing
- In pan 3 dl water met bouillontablet aan de kook brengen en al roerende oplossen
- Boter (in steelpan of magnetron) smelten
- Ui pellen en raspen
- Kruiden in kopje fijnknippen
- Kipfilets in stukjes snijden
- In pan kipstukjes met geraspte ui, knoflookpuree, kruiden, saffraan, 1 theelepel kaneelpoeder, gemberpoeder, zout, peper en helft van gesmolten boter door elkaar scheppen
- Bouillon toevoegen
- Aan de kook brengen en kip in ± 10 minuten zachtjes gaar sudderen
- In droge koekenpan amandelen goudbruin roosteren
- Laten afkoelen en in keukenmachine fijnmalen
- Poedersuiker en rest van kaneelpoeder erdoor mengen
- Vorm bestrijken met gesmolten boter
- 3 Vellen fillodeeg erin leggen en elk vel bestrijken met boter
- Hierop weer 3 vellen deeg leggen en bestrijken met boter
- ⅓ deel van amandelmengsel over bodem strooien
- Met schuimspaan stukjes kip uit stoofvocht nemen, laten uitlekken en op bord scheppen
- Stoofvocht op hoog vuur in ± 5 minuten tot helft inkoken
- Citroensap erdoor roeren
- In kom eieren loskloppen en al kloppend aan stoofvocht toevoegen
- Blijven roeren tot eieren stollen en soort roerei ontstaat
- Helft van eimengsel in deegbodem scheppen, hierover stukjes kip en dan de rest van ei
- Overlappende velletjes deeg over vulling vouwen
- Rest van velletjes deeg erop leggen en bestrijken met boter
- Rest van amandelmengsel erover strooien en met mes ruitpatroon erin maken
- Pastei in een op 200°C voorverwarmde oven gedurende ± 25 minuten bakken
- Laten afkoelen tot lauwwarm, voorzichtig uit vorm halen en op schaal serveren

Kooktip

- Het woord bisteeya betekent pastei, in Marokko wordt er meestal duif voor gebruikt

Linzensoep

Migrantendienst

Ingrediënten (4 pers)

- 500 gr linzen
- 3 wortelen
- 3 aardappelen
- ½ blikje gepelde tomaten
- ½ blikje tomatenpuree
- 2 teentjes knoflook
- 350 gr mager vlees
- 2 liter water
- olie
- peterselie
- peper, zout, paprikapoeder

Bereiding

- Was de linzen in een vergiet
- Maak de wortelen en de aardappelen schoon en verdeel in blokjes
- Doe de linzen en wortelen in een kookpan samen met de gepelde tomaten en de tomatenpuree
- Voeg de kruiden, olie, gesnipperde look, vlees en water toe en breng aan de kook op een hoog vuur
- Laat 1½ uur verder sudderen op een laag vuurtje en roer regelmatig
- Voeg na 45 minuten sudderen de aardappelen toe
- Kruiden naar smaak en warm opdienen

Tagine M'Qalli Dial Basbas (Tagine met venkel)

Ingrediënten (6 pers)

- 1 kg rund- of schapenvlees
- 70 gr boter
- 1 theelepel gemberpoeder
- 1 mespuntje saffraanpoeder
- 2 uien
- 1 teentje knoflook
- 1 kg venkel
- azijn
- 2 tomaten
- ½ bosje peterselie
- zout

Bereiding

- Het vlees in grote stukken snijden; uien en knoflook fijnhakken
- In een tagine de boter verhitten en het vlees hierin kort aanbraden
- Bestrooien met gember- en saffraanpoeder en zout naar smaak gebruiken
- Ui en knoflook over het vlees verdelen en kort mee laten bakken
- Met $\frac{3}{4}$ liter water afblussen
- De tagine afsluiten en het gerecht ongeveer 1 uur laten stoven, tot het vlees gaar is
- Zo nodig nog wat water toevoegen
- De venkelknollen wassen, in vieren snijden en enige tijd in water met wat azijn laten staan
- Als het vlees gaar is, de venkel uit het water nemen, goed uit laten lekken en op het vlees leggen
- De tomaten ontvellen en in de tagine doen
- Peterselie hakken en erover strooien
- Naar smaak nog wat zout toevoegen
- Zo nodig het kookvocht aanvullen
- De tagine weer sluiten en het gerecht nog eens zo'n 15 minuten zachtjes laten koken, tot de venkel gaar is en de saus licht gebonden
- De smaak controleren en warm serveren.

Marokkaanse groentestoofpot met kikkererwten

Ingrediënten (4 pers)

- 400 gr pompoen
- 2 rode uien, in ringen
- 1 courgette, in blokjes
- 1 aubergine, in blokjes
- 3 tomaten, in partjes
- 1 theelepel chilipoeder
- 1 theelepel kaneel
- 1 theelepel gemalen koriander (ketoembar)
- ½ theelepel gemalen komijn (djinten)
- 1 blik kikkererwten (400 gr, Bonduelle)
- ½ zakje verse munt (à 15 gr), in reepjes
- 3 eetlepels olijfolie



Bereiding

- Snij de pompoen in dikke plakken
- Schil de plakken, verwijder de pitten en snij ze in blokjes
- Verhit in een pan de olie en schep er de pompoen, ui, courgette, aubergine, tomaten, alle specerijen en 1 theelepel zout door
- Laat de groenten op een zacht vuur gedurende 20 minuten gaar stoven
- Af en toe omscheppen
- Spoel in een zeef de kikkererwten onder stromend water en laat goed uitlekken
- Schep de kikkererwten door de groenten en laat gedurende 10 minuten zachtjes meestoven
- Breng op smaak met peper en zout
- Strooi de munt erover
- Serveer met couscous of met brood

Marokkaans brood

Ingrediënten (4 pers)

- 500 gr bloem
- 30 gr boter
- ½ liter water
- ½ liter melk
- 20 gr gist
- snuifje zout

Bereiding

- Doe de bloem in een kom
- Maak er een kuiltje in en doe hierin de gist, boter en zout
- Meng het water en de melk en maak het mengsel warm
- Giet langzaam aan de warme vloeistof in de kom en meng met de bloem met ingrediënten
- Doe zo verder tot U een goed gemengd droog deeg bekomt
- Haal het deeg uit de kom en kneed het gedurende 5 minuten op het werkvlak
- Verdeel het in stukken en maak er bollen van
- Laat ze op een beboterde bakplaat afgedekt gedurende 5 minuten rusten
- Neem de doek eraf en duw de bollen plat
- Laat ze rijzen op een tochtvrije plaats en dek ze af met 2 doeken
- Bak het brood in een op 180°C voorverwarmde oven

Peasant pancakes (Pannenkoekjes van het platteland)

Ingrediënten (8 pers)

- 4 bananen
- ½ kop Abricot Brandy
- 1 kop pannenkoekenmix
- olie
- ½ kop zacht broodkruim
- 3 eetlepels gesmolten boter
- 4 eetlepels suiker
- 1 theelepel gemalen gember

Bereiding

- Snij de bananen in schijfjes van 2cm dik en laat gedurende ½ uur marineren in de Abricot brandy
- Doe de pannenkoekenmix in een kom en bereid volgens voorschrift een dikke pannenkoek. Maak gebruik van een deel van de likeurvloeistof van de uitgelekte bananen
- Voeg de bananen toe en meng ze erdoorheen
- Verhit de olie in een koekenpan
- Laat met een eetlepel het bereide deeg in de olie vallen. Zorg ervoor dat in ieder lepel er 2 à 3 stukjes banaan zitten
- Bak ze tot goudbruin aan beide zijden
- Meng in een beker de zachte broodkruim, de gesmolten boter, de suiker en de gemalen gember
- Plaats op elk bord 3 à 4 “peasant” pannenkoeken en strooi 1 à 2 eetlepels kruimmengsel over de pannenkoeken