

Recept: Kalfstajine met Olijven en Citroen



Een heerlijke Marokkaanse kalfstajine met saffraan, groene olijven en opgelegde citroen. Dit gerecht stoft zacht en wordt geserveerd met couscous en courgette.



Aantal personen: 12



Tijd: 90 minuten



Moeilijkheid: Gemiddeld

Ingrediënten:

<input type="checkbox"/> Kalfsvlees	3000 g	in blokjes
<input type="checkbox"/> Olijfolie	3 scheutjes	
<input type="checkbox"/> Gember	90 g	geraspt
<input type="checkbox"/> Look (knoflook)	6 teentjes	geraspt
<input type="checkbox"/> Chilipeper	3	fijngesnipperd
<input type="checkbox"/> Ras el hanout	3 snuifjes	
<input type="checkbox"/> Komijn	3 snuifjes	
<input type="checkbox"/> Kurkuma	3 snuifjes	
<input type="checkbox"/> Gemalen korianderzaad	3 snuifjes	
<input type="checkbox"/> Paprikapoeder	3 snuifjes	
<input type="checkbox"/> Uien	6	in halve maantjes gesneden
<input type="checkbox"/> Wortelen	12	in schuine blokjes gesneden
<input type="checkbox"/> Paprika rood en geel	8	in reepjes
<input type="checkbox"/> Kalfsfond	800 ml	

<input type="checkbox"/> Tijm en laurier	Naar smaak	fijngesneden
<input type="checkbox"/> Kaneelstokje	3	
<input type="checkbox"/> Groene olijven	600 g	dikke
<input type="checkbox"/> Opgelegde citroen	3	
<input type="checkbox"/> Peterselie	1,5 bosjes	
<input type="checkbox"/> Couscous	600 g	
<input type="checkbox"/> Courgette	3	in blokjes
<input type="checkbox"/> Sjalotten	3	fijngesneden
<input type="checkbox"/> Gele rozijntjes	naar smaak	laat eventueel weken
<input type="checkbox"/> Boter	3 klont	
<input type="checkbox"/> Zout	Naar smaak	

Bereidingswijze

Kalfsvlees Marineren

- Doe de stukken kalfsvlees in een kom en voeg er een snuif zout aan toe.
- Snipper de chilipeper fijn en voeg toe.
- Rasp de gember en de look erbij.
- Voeg een flinke scheut olijfolie toe en kruid met ras el hanout, kurkuma, gemalen korianderzaad, komijn en paprikapoeder.
- Meng alles goed onder elkaar.

Vlees Stoven in de Tajine

- Bak het vlees in de tajine mooi aan, bruin rondom.
- Haal het vlees dan uit de pan
- Snijd de uien in slierten, stoof ze aan in olie en laat op laag vuur stoven tot ze mooi bruin en heerlijk zoet zijn.
- Voeg de wortelen toe en laat ze mooi bakken - 10 minuten ongeveer
- Voeg dan de paprika toe en de stukken vlees toe en doe de kaneelstokjes en de kippenbouillon erbij.
- Voeg de fijngesneden tijm en enkele laurierblaadjes toe.
- Zet het deksel op de tajine en laat het geheel 45 minuten zacht stoven.
- Voeg de olijven en de rozijntjes toe en laat nog 10 minuten sudderen

Couscous met Courgette Bereiden

- Snijd de sjalot en de look fijn en stoof ze aan in wat olie.
- Snijd de courgette in blokjes en stoof ze mee aan.
- Snipper de tijm fijn en voeg hem toe aan de courgette.
- Strooi de couscous bij de groenten, bevochtig met water of kippenbouillon, kruid met peper en zout en zet er een deksel op.
- Laat de couscous 10 minuten wellen.

Afwerken en Serveren

- Snijd de opgelegde citroen in vier, snijd het vruchtvlees van de schil en snijd de schil in reepjes.
- Roer een klontje boter onder de geweldige couscous.
- Werk de tajine af met wat peterselie en de reepjes zoute citroen.