

Geroosterde bloemkool ‘shawarma’ met linzen-walnootkrokant, granaatappel en tahin-citroen

Past goed omdat het licht van karakter, geschikt voor doordeweeks.

Ingrediënten

- 1 middelgrote bloemkool (ca. 800 g), in grote roosjes
- 2 el olijfolie
- 1 tl gerookt paprikapoeder
- 1 tl gemalen komijn
- 1 tl gemalen koriander
- 1/2 tl kaneel
- 1/4 tl cayennepeper (naar smaak)
- 1 tl zout
- 2 el tomatenpuree
- 1 citroen (rasp en sap)
- 150 g zwarte of groene linzen (ongekookt) of 300 g gekookte linzen
- 1 laurierblad
- 60 g walnoten, grof gehakt
- 1 el sojasaus
- 1 el ahornsiroop of honing
- 1 kleine rode ui, in dunne halve ringen
- 1 el rodewijnazijn
- 1/2 tl suiker
- 1/2 tl zout (extra, voor de ui)
- 120 g (plantaardige) yoghurt
- 2 el tahin
- 1 kleine teen knoflook, fijn geraspt
- 2 el water (om te verdunnen)
- 1/2 granaatappel (pitjes)
- 1 handje platte peterselie, grof gehakt
- 1 handje munt, grof gehakt
- ZWARTE PEPER

Zo pakken we het aan

1. Verwarm de oven voor op 230 °C en zet een bakplaat in de oven zodat die goed heet kan worden.

2. Meng in een grote kom olijfolie, gerookt paprikapoeder, komijn, koriander, kaneel, cayenne, 1 tl zout, tomatenpuree en de citroenrasp met een scheut citroensap tot een dikke, roodbruine marinade.
3. Schep de bloemkoolroosjes door de marinade tot alles rondom goed bedekt is.
4. Haal de hete bakplaat uit de oven, verdeel de bloemkool erop in één laag en rooster tot de randen donker karamelliseren en de kern net gaar is, ongeveer 20–25 minuten; schep halverwege om voor extra kleur.
5. Kook intussen de linzen in ruim water met laurierblad tot ze gaar maar nog heel zijn, giet af en laat even uittampen; gebruik je gekookte linzen, spoel ze dan kort en laat goed uitlekken.
6. Maak snelle ingelegde ui door de rode ui te mengen met rodewijnazijn, suiker en 1/2 tl zout; wrijf kort met je vingers zodat het sneller zacht wordt en zet weg.
7. Rooster de walnoten in een droge koekenpan tot ze geuren en net kleuren, voeg dan de uitgelekte linzen toe met sojasaus en ahornsiroop en bak al roerend tot de linzen hier en daar licht krokant worden en alles glanst; maal er zwarte peper over en proef op zout.
8. Roer de tahin-yoghurtsaus door yoghurt, tahin, knoflook, een beetje citroensap en 2 el water; maak hem net gietbaar en breng op smaak met zout en extra citroen.
9. Schep de geroosterde bloemkool op twee borden, lepel de tahin-yoghurtsaus erover en verdeel de linzen-walnootkrokant er royaal op.
10. Werk af met ingelegde ui, granaatappelpitjes, peterselie en munt en geef er eventueel nog een laatste kneep citroen bij voor spanning.