



*De meest gezonde en
gebalanceerde comfortmaaltijd
ooit!*

Shakshuka

 2/3 personen  30 minuten

 459 kcal per portie.

Ingrediënten

- 2 eetlepels olijfolie
 - 1 groot ui, grof gesneden
 - 1 grote groene paprika
 - 3 teentjes knoflook,
 - 1 theelepel paprikapoeder
 - 2 eetlepels harissa
 - 1 eetlepel tomatenpuree
 - 1 kan geplette tomaten
 - Zout en peper naar smaak
 - 5 eieren
- Naan/pitabrood

Bereiding

1. Verhit olijfolie in een gietijzeren pan op middelhoog vuur. Voeg ui en paprika toe en kook tot de uien zacht worden.
 2. Voeg knoflook toe en kook ongeveer een minuut.
 3. Voeg paprikapoeder, harissa en tomatenpuree toe en roer om te combineren. 4. Voeg tomaten in blik toe. Breng op smaak met peper en zout.
 4. Zet het vuur lager en laat sudderen tot de tomaten dikker worden en de vloeistof is opgenomen, ongeveer 10 minuten.
 5. Maak nestjes in het tomatenstoofpotje voor de eieren en breek in elk nestje een ei.
- Dek af en laat sudderen voor ongeveer 10 minuten.
6. Serveer met naan of pita brood.

Eet smakelijk!