

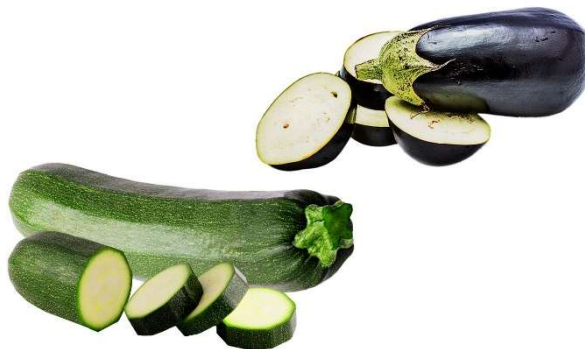


# GEGRILDE GROENTE MET FALAFEL

In plaats van falafel: gehaktballetjes met Marokkaanse kruiden.

Ingrediënten (voor 2-3 personen)

- 1 aubergine
- 1 courgette
- 1 rode ui
- 15 Cherry tomaatjes
- 1 blik kikkererwten
- Verse peterselie
- 2 tenen knoflook
- 1 gele ui (niet te groot)
- 1 niet al te kleine rode ui
- Kruiden: peper, zout, komijn
- Olijf- en zonnebloemolie (om in te bakken)



## Bereidingswijze

Voor de falafel. Giet de kikkererwten af en laat ze goed (= lang) uitlekken. Snijd de gele ui, verse peterselie grof. Doe de kikkererwten, ui en peterselie met uitgeperste tenen knoflook, komijn, beetje zout en peper in een blender. Pureer grof (korreltjes moeten zichtbaar blijven).

Vorm van het gepureerde mengstel platte stevige balletjes (mocht het mengsel toch nog te nat zijn, voeg dan wat bloem toe). Bak de balletjes aan beide kanten kort bruin in de zonnebloemolie en laat uitlekken op keukenpapier.

Voor de gegrilde groente. Snijd de aubergine en courgette in plakjes van iets minder dan 1cm dik. Grill de plakjes in een met olijfolie ingevette grillpan. Niet te lang grillen, want het gaat nog in de oven (het harde moet eraf zijn, meer niet). Snijd de rode ui in dunne ringetjes en halveer de Cherrytomaatjes.

Nu kan je het gerecht opbouwen. Neem een mooie ruime ovenschotel en leg daarin dakpansgewijs afwisselend de pakjes aubergine en courgette. Bestrooi met de rode ui ringen en Cherry tomaatjes.

Verwarm de oven voor op zo'n 190 graden. Plaats de ovenschaal in de oven en besprenkel na 15min de schaal met wat olijfolie. Leg de falafel balletjes op de gegrilde groente en laat het geheel goed warm worden.

## Gooi niks weg

Falafel balletjes kan je (na het bakken) prima invriezen om daarmee een ander keertje een pita broodje met wat sla te vullen. Houd je gegrilde groente over? Verwarm die de volgende dag of de dag daarop op. Lekker op een gegrilde boterham ruim besmeerd met (zelfgemaakte) humus.