JIGAL KRANT

Voor 4 personen

- 3 handjes rucola
- ½ bosje koriander
- ½ bosje munt
- ½ bosje oregano
- 3 lente-uitjes
- 1 kleine rode ui
- 1 rode chilipeper
- 120 gram geroosterde amandelen
- sap van 1 kleine citroen
- 1 bloemkool
- 1 krop ijsbergsla
- 4 el rauwe techina

Kanen met Krant

Groentelaffa met gefrituurde bloemkool

Shoarma wordt in Israël vaak gegeten als wrap. Het vlees en de salades worden dan niet in een pita geschoven, maar ingepakt in Arabisch platbrood, in Israël *laffa* genoemd. Barak Yechezkeli, televisiekok en chef van restaurant Burek, bedacht een veganistische variant waarin ijsbergsla de laffa vervangt en gegrilde bloemkool het vlees. Het is een typisch Tel Aviv-gerechtje: origineel, simpel en een ode aan al het goede dat het land te bieden heeft. ■

Bereiding

- Snijd de rucola, koriander, muntblaadjes en oreganoblaadjes lekker grof, zodat er nog wat overblijft om op te kauwen. Hak het groene gedeelde van de lente-uitjes in brede ringen. Snipper de rode ui. Verwijder de zaadlijsten en pitjes van de chilipeper en snijd in ringen. Hak de amandelen grof. Meng alles in een kom met het citroensap, een flinke scheut extra vergine olijfolie en breng op smaak met een royale hand grof zout.

- Snijd platte roosjes uit de bloemkool, ongeveer zes per persoon. Frituur de roosjes in een grote koekenpan in een laagje eenvoudige olijfolie goudbruin aan beide zijden. Laat uitlekken op keukenpapier en bestrooi met grof zout.

- Verwijder de buitenste bladeren van de ijsbergsla, die zijn meestal te groot en te slap. Pel daarna voorzichtig vier bladeren los en vul deze met salade en bloemkoolroosjes. Overgiet met techina. Serveer zonder bestek!

recepten@niw.nl

7734_recept.indd 1 21-06-17 12:33