



Hoofdgerechten

Zoete aardappeltoast met bietenhummus

Voor 2 personen.

Ingrediënten

2 zoete aardappelen
zwarte peper
zeezout
olijfolie

Voor de bietenhummus

2 voorgekookte rode bieten
140 gram kikkererwten
30 milliliters citroensap
1 eetlepel sesamolie
1 eetlepel olijfolie
1 lookteentje
komijn
peper
zeezout

Bereidingswijze

Verwarm de oven voor op 220°. Snij de zoete aardappels in dikke, lange plakken van ongeveer 1 cm. Leg ze op een met bakpapier beklede bakplaat en bestrooi met peper en zout. Besprenkel met olijfolie en zet 15 à 20 minuten in de oven.

Maak intussen de bietenhummus. Doe alle ingrediënten in de blender en pureer tot een gladde massa. Proef en kruid eventueel bij met peper en zout

Zijn de aardappelen mooi bruin? Dan zijn ze klaar! Indien niet, zet de grill van de oven nog even aan, tot de aardappels blaasjes beginnen te krijgen en donkerder worden. Zo zijn ze het lekkerst!

Besmeer de zoete aardappeltoast met de bietenhummus en serveer meteen.

Tip: Moeite met het snijden van de zoete aardappel? Steek hem een minuutje in de microgolfoven op 800 watt, dan is hij meteen veel zachter.

Serveertip: Zoete aardappeltoast is ook superlekker met guacamole en kerstomaatjes als topping!

Keukenbenodigdheden

Oven

Blender

