



Hoofdgerechten

Bijgerechten

Inktvis met zogghiu en quinoasalade

Voor 4 personen.

Ingrediënten

600 gram inktvis (gemarineerd)
100 gram zongedroogde tomaten
1 liter groentebouillon
200 gram quinoa
1 limoen (het sap)
1 puntpaprika
2 lente-uitjes
1 rode ui
olijfolie

Voor de zogghiu

1 eetlepel kappertjes (fijngehakt)
1 bosje peterselie (grof gehakt)
1 bosje munt (grof gehakt)
2 eetlepels witte wijnazijn
3 lookteentjes
1 chilipeper
peper
zout

Bereidingswijze

Stamp voor de zogghiu de look, chilipeper en een snuf zout fijn in een vijzel. Voeg een handvol kruiden en een scheut olijfolie toe en stamp verder. Doe er telkens wat meer kruiden en wat olijfolie bij tot alle ingrediënten opgebruikt zijn. Stamp verder tot een smeuijge saus. Breng op smaak met de azijn en peper. Roer er tot slot de kappertjes onder en zet koel.

Kook de quinoa gaar in de hete bouillon. Snipper de rode ui fijn. Snij de lente-uitjes in ringen. Snij de paprika in blokjes. Snij de zongedroogde tomaatjes in reepjes. Giet de quinoa af en roer los met een vork. Schep er de rode ui, lente-ui, paprika, tomaatjes en een scheutje olijfolie onder. Breng op smaak met het limoensap.

Grill de inktvis goudbruin en gaar in de grillpan of op de barbecue. Serveer met de quinoasalade en de zogghiu.

Keukenbenodigdheden

Vijzel & stamper

