



Hoofdgerechten

Gevulde aubergines met spicy gehakt

Voor 4 personen.

Ingrediënten

600 gram gehakt (gemengd)
100 gram kaas (geraspt)
2 eetlepels mayonaise
240 gram quinoa
1 lookteentje (geperst)
1 ui (fijngesnipperd)
2 aubergines
koriander (vers, fijn gehakt)
1 snuifje ras el hanout
1 snuifje cayennepeper
1 eetlepel sriracha
olijfolie
peper
zout

Bereidingswijze

Kook de quinoa volgens de aanwijzingen op de verpakking in licht gezouten water.

Snijd de aubergines overlangs doormidden, kerf het vruchtvlees in en leg ze gedurende 2 minuten in de microgolfoven. Hol het vruchtvlees uit en houd apart.

Bak het gehakt met de ui en look aan in wat olijfolie en kruid met cayennepeper, ras el hanout, peper en zout.

Meng tot slot het fijngesneden auberginevruchtvlees, de gekookte quinoa, sriracha, mayonaise en de helft van de koriander onder het gehakt en laat nog even verder bakken.

Vul de aubergines met het gehaktmengsel en wat kaas en schuif in een voorverwarmde oven van 180 °C gedurende 20 minuten. Serveer met de overige korianderblaadjes.

Keukenbenodigdheden

Oven

