

Chakchouka

(groentenomelet)



6 eieren
4 eetlepels melk
1 ui, in ringen gesneden
½ groene paprika, in kleine stukjes gesneden
4 tomaten, in kleine stukjes gesneden
½ theelepel gemalen komijnzaad
1 theelepel gemalen koriander (of verse)
Olie
zout en peper

Fruit de ui, daarna voeg je de paprika toe. Even 2 minuten bakken. Vervolgens de tomaten, komijn, koriander en zout erbij doen.

Klop de eieren los en voeg de melk toe. Draai het vuur iets hoger en schenk het eimengsel over de groenten. Bak het geheel een minuut of twee.

Daarna kun je twee dingen doen. Of je keert je omelet om en bakt ook de andere kant. Ik zet het dan even onder de grill tot de bovenkant mooi gaar is.

Dit is van oorsprong een recept uit Tunesië, zowel warm als koud is het lekker.