



De Kookjuf

Tomatensaus Midden-Oosten

Ingrediënten voor 8 personen

- | | |
|------------------------|---------------------------|
| -2 pakken passata | -Klein bosje peterselie |
| -2 flinke uien | -zout/zwarte peper |
| -2 teentjes knoflook | -olijfolie |
| -1 gedroogd pepertje | -koriander/komijn/paprika |
| -2 blaadjes laurier | 1/2 tl van elk specerij |
| -Volle Griekse yoghurt | |

Bereiding

1. Snipper de uien
2. Pers de knoflook
3. Verkruimel het pepertje
4. Haal de blaadjes van de peterselie, gooi de steeltjes weg en hak de blaadjes fijn.
5. Doe in een (braad) pan een scheutje olijfolie
6. Bak de uien en de knoflook op laag vuur zacht
7. Bak de specerijen even mee tot ze beginnen te geuren
8. Voeg het pepertje toe en laat even meebakken.
9. Voeg de passata toe
10. Voeg de laurier toe
11. Breng aan de kook en zet het vuur vervolgens heel laag
12. Doe het deksel op de pan en laat minstens 15 minuten pruttelen
13. Proef de saus af en maak op smaak met zout, versgemalen zwarte peper

Giet de saus over de köfte.

Roer de yoghurt los eventueel met wat melk of wateren verdeel over de tomatensaus en bestrooi met de gehakte peterselie