

Chaat van kikkererwt met tamarinde-chutney & fris van mango

Menugang

Bijgerecht

Aantal personen

4 personen

Bereidingstijd

30 minuten

Benodigdheden

Ovens

Ingrediënten

Chaat:

- 1 blik kikkererwt, uitgelekt
- 2 tl komijnpoeder
- 1 tl koriander
- 1 tl garam masala
- 1 tl kurkuma-poeder
- 1 tl chili-vlokken
- zout, en peper naar smaak
- Zonnebloemolie

Fris van mango

- ½ mango, in blokjes gesneden
- ¼ komkommer
- 100 gr cherry-tomaatjes
- ½ limoen
- olijfolie

Tamarinde chutney

- 2 el Tamarinde-pasta
- 4 el yoghurt
- 8 blaadjes munt
- 4 blaadjes koriander

Bereidingswijze

Kikkererwten

1. Verhit een oven op 200° C circulatiegrill.
2. Meng de uitgelekte kikkererwten in een kom met een paar lepels zonnebloemolie en de specerijen. Plus wat peper & zout.
3. Doe de ovenschaal met de kikkererwten circa 12 minuten in de oven, tot ze knapperig zijn. Laat afkoelen en proef.

Fris van Mango

1. Snijd de mango, komkommer en tomaatjes in mooie hapklare blokjes en meng ze voorzichtig in een kom. Besprenkel met wat (olijf)olie, een kneep limoensap en breng op smaak met wat peper & zout.

Tamarinde-chutney

1. Meng de ingrediënten en breng op smaak met peper & zout.

Serveren & garneren

1. Doe de kikkererwten op een bord en verspreid er wat van de frisse mango-salade overheen. Bedruip met de tamarinde-chutney.
2. Maak het mooi af met wat dotten yoghurt en blaadjes munt en/of koriander. Besprenkel eventueel nog naar smaak met wat limoen- of citroensap.