

SNIJBIET

Bladgroenten met krokante knoflook

Benodigdheden

voor 2 personen

- 3el olijfolie
- 1 rode uien
- 1/2 el sumak
- 375g regenboogsnijbiet stengels
- 4 tenenknoflook
- 30 mlcitroensap
- 20g rozijnen
- 2.5g dille
- zout en peper
- 1.5 el olijfolie

Tijd

55 minuten



Bron: Foodies

Aan de slag

Stap 1: Verhit 3 eetlepels olie in een grote sauteerpan op halfhoog tot hoog vuur. Voeg de uien, 1/4 theelepel zout en een flinke draai peper toe, bak af en toe roerend 12-15 minuten tot de uien gaar en bruin zijn. Zet het vuur als ze te snel bruin worden halfhoog. Roer de eetlepel sumak erdoor en doe de uien in een kom.

Stap 2: Zet de pan weer op halfhoog tot hoog vuur en giet de overgebleven 3 eetlepels olie erin. Voeg de snijbietstelen met 1/2 theelepel zout toe en laat ze af en toe roerend 4 minuten zachtjes bakken tot ze gaar en licht gekleurd zijn. Doe de fijngehakte knoflook erbij en bak nog 30 seconden. Voeg nu het snijbietblad toe, steeds een derde deel per keer, met 1/2 theelepel zout en een flinke draai peper en laat nog 6-7 minuten smoren tot het blad geslonken is en het grootste deel van het vocht is verdampt. Haal de pan van het vuur en roer de helft van het citroensap en alle sumak-uien erdoor.

Stap 3: Maak intussen de krokante knoflook. Doe de olie met de plakjes knoflook in een kleine koekenpan en zet op halfhoog vuur. Laat 8 minuten zachtjes bakken of tot de knoflookplakjes goudbruin en krokant zijn. Laat ze uitlekken in een zeef op een kom en bewaar de plakjes knoflook en de olie afzonderlijk van elkaar. Doe de rozijnen bij de warme knoflookolie en zet opzij. Roer als de olie is afgekoeld de dille erdoor.

Stap 4: Schik het snijbietmengsel op een grote schaal met een opstaande rand en besprenkel met het overgebleven citroensap. Verdeel het rozijnenmengsel erover en bestrooi met de krokante knoflook en extra sumak.