

Sha Shuka

Ingrediënten 2-3 pers.

- 4 grote tomaten in blokjes
- 2 teentjes knoflook, gesnipperd
- 2 (rode) uien, grof gesnipperd
- 2 (punt)paprika, in blokjes
- 1 rode chilipeper, in smalle reepjes
- 3-4 eieren
- 1 klein blikje tomatenpuree
- 1 -1 ½ tl komijn
- 1 -1 ½ tl paprikapoeder
- 1 tl gerookte paprikapoeder (optioneel)
- Zout of 1 groentebouillonblokje
- (Versgemalen) zwarte peper
- Handvol verse peterselie, gehakt
- Olie om te bakken

Hulpmiddelen

- Koekenpan
- Deksel die op koekenpan past

Bereidingswijze

- Fruit de uien en knoflook in de olie tot ze glazig zijn.
- Voeg (gerookte) paprikapoeder en komijn toe en bak ca 2 minuten mee op zacht vuur.
- Voeg de tomatenpuree toe en bak ca. 5 minuten op zacht vuur.
- Voeg de paprika's en peper toe en bak op middelmatig vuur, ongeveer 10 minuten.
- Voeg de tomaten toe en bak op middelmatig vuur, ook ongeveer 10 minuten of totdat alles ongeveer gaar is
- Maak nu op smaak met peper en zout of bouillonblokje ipv zout.
- Maak 3-4 kuiltjes in de massa en breek in elk kuiltje een ei.
- Gaar de eieren op zacht vuur met deksel op de pan totdat eiwit gestold is.
- Strooi er de peterselie overheen.
- Eet smakelijk met een broodje erbij.

Tips

- Heb je geen verse peterselie, voeg dan gedroogde toe net voordat je de eieren toevoegt.
- Extra rijk maak je de smaak door in plaats van zout een blokje groentebouillon toe te voegen.
- Dat geldt ook als je ook een schepje gerookte paprikapoeder toevoegt.
- Voeg rustig wat champignons toe. Erg lekker.
- Het gerecht een uurtje zachtjes stoven zorgt er ook voor dat je een rijkere smaak krijgt.