

Linzen-aubergine met goji-walnoot-topping

totale tijd **45 min.** 45 min. kooktijd

INGREDIËNTEN

10 porties

Voor de linzenvulling:

500 g	beluga-linzen, geweekt
100 ml	olijfolie
100 g	rode ui, fijngesneden
100 g	wortelen, fijngesneden
100 g	selderijstengels, fijngesneden
1,5 l	groentebouillon
300 ml	<u>Kikkoman Sesamsaus</u>

Voor de aubergine:

5	aubergines (elk ca. 300 g)
100 ml	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Biologische Sojasaus</u>
50 g	honing
100 ml	olijfolie

Voor de topping:

50 g	gojibessen
50 g	walnoten, gehakt, geroosterd
100 g	feta, fijngesneden
100 g	rode ui, in kleine blokjes gesneden
30 g	peterselie, fijngehakt
50 g	munt, fijngehakt
50 ml	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Biologische Sojasaus</u>
100 ml	olijfolie
50 ml	limoensap
Extra:	
2	pakjes tuinkers, fijngeknipt

VOORBEREIDING

Stap 1

Verhit de olijfolie in een grote pan op middelhoog vuur. Fruit de ui, wortelen en selderij 3-4 minuten tot ze zacht zijn, maar niet bruin. Voeg de linzen toe en bak nog een minuut, giet dan de bouillon erbij. Dek af en laat ongeveer 45 minuten zachtjes koken.

Stap 2

Verwarm ondertussen de oven voor op 180 °C (heteluchtoven). Halveer de aubergines in de lengte en snijd het vruchtvlees kruislings in. Meng de Kikkoman Biologische Sojasaus met de honing en olijfolie, wrijf de aubergines in met het mengsel, leg ze op bakplaten en bak ze in de oven in ongeveer 30 minuten gaar.

Stap 3

Meng ondertussen de gojibessen, walnoten, ui en feta voorzichtig met de peterselie en munt. Marineer met het limoensap, de olijfolie en de Kikkoman Biologische Sojasaus en zet apart.

Stap 4

Meng de linzen na het koken met de Kikkoman Sesamsaus. Leg de aubergines op borden, schep de linzen erop en garneer met de goji- en walnotentopping en de tuinkers.