

Shakshuka in Mexicaanse stijl

totale tijd **15 min.** 5 min. voorbereidingstijd 10 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
2.617 kJ / 625 kcal

Vetten: **24,4 g** Eiwitten: **28,4 g**
Koolhydraten: **67,3 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

1 el	olijfolie
2	laurierblaadjes
1 tl	gemalen koriander
2	pimentbessen
0,5	ui
0,5	chilipeper
4	sappige tomaten
2 tl	<u>Kikkoman Natuurlijk</u> <u>Gebrouwen Sojasaus</u>
250 g	gekookte kidneybonen
2	eieren
Verder:	
	Verse koriander
1	avocado
1	stokbrood
1 tl	zwarte sesamzaadjes

VOORBEREIDING

Stap 1

Verhit de olijfolie in een koekenpan. Bak de gesnipperde ui glazig. Voeg de in blokjes gesneden tomaten, de gehakte Spaanse chilipeper, gemalen koriander, laurierblaadjes en pimentbessen toe. Bak samen ongeveer 5 minuten.

Stap 2

Voeg de bonen en de Kikkoman natuurlijk gebrouwen sojasaus toe en laat het geheel nog 5 minuten stoven. Breek de eieren erop. Zet het vuur lager en dek de pan af met een deksel. Laat stoven totdat het eiwit ondoorzichtig is.

Stap 3

Bestrooi met sesamzaadjes voor het opdienen. Serveer met avocado, verse koriander en een stokbroodje.