



# Shakshuka

Kcal 446, koolhydraten 60, vet 12, eiwit 17, vezels 13



Vorbereiden 10 minuten



Totale tijd 20 minuten

## INGREDIËNTEN

400 gr tomatenpulp (1 blik)  
2 eieren  
150 gr zoete aardappel  
100 gr courgette  
60 gr paprika  
35 gr feta  
1 sjalot  
5 ml olijfolie  
handje kruiden, zout & peper

## BEREIDEN

1. Snijd de zoete aardappel en courgette in kleine blokjes.
2. Snijd de paprika & sjalot in stukjes.
3. Kook de zoete aardappel kort in ruim water.
4. Fruit het sjalot in een koekenpan waar alle ingrediënten in passen.
5. Bak aan het einde even kort de paprika en courgette mee.
6. Giet de zoete aardappel af en voeg samen met de tomatenpulp toe.
7. Meng alles goed met elkaar en maak 2 kuiltjes voor de eieren.
8. Verkruimel als laatste de feta over het gerecht en laat met een deksel op de pan zachtjes pruttelen tot de gewenste gaartijd van de eieren.
9. Voeg zout & peper naar smaak toe.

## WAT HEB JE NODIG

koekenpan  
steelpan

### TIP

Zijn er groenten in de koelkast die maar blijven liggen?  
Varieer met dit gerecht en voeg ze lekker toe.  
Eet smakelijk!