



Pita met geroosterde groenten, kikkererwten en avocadocrème



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Gemiddeld



Ingrediënten

1 blik kikkererwten
1 courgette
1/2 koffielepel komijnpoeder
1/2 koffielepel garam masala
2 eetlepels olijfolie (+ extra)
2 avocado's
2 eetlepels water
1 bosje koriander
1/2 koffielepel chilipoeder
peper en zout
100 gram Griekse yoghurt
8 pitabroodjes
1/2 rode ui (in ringen)

Bereidingswijze

- 1.** Laat de kikkererwten goed uitlekken en dep ze droog met een vel keukenpapier.
- 2.** Verwarm de oven voor op 180 °C.
- 3.** Snij de courgette in ultradunne plakjes.
- 4.** Leg de plakjes courgette met de kikkererwten op een met bakpapier beklede bakplaat. Bestrooi met komijnpoeder en garam masala. Besprenkel met olijfolie en zet 15 minuten in de oven. Schep om en bak nog 15 minuten.
- 5.** Maak de avocadocrème: schil de avocado's, verwijder de pit en pureer het vruchtvlees. Voeg 2 el olijfolie, 2 el water, de helft van de koriander, het limoensap, het chilipoeder en peper en zout toe. Roer onder de Griekse yoghurt.



- 6.** Gril de pittabroodjes in de oven. Beleg met de avocadocrème, de courgette en de kikkererwten. Garneer met koriander en rode ui. Serveer met de Griekse yoghurt.