

Examen VMBO-KB

2023

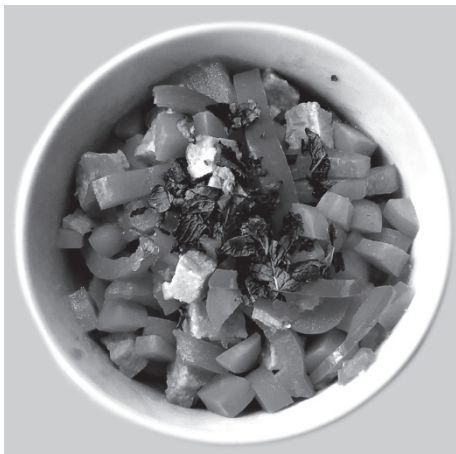
versie blauw, onderdeel **A**

profielvak-cspe Z&W – KB

bijlage, variant b

Naam kandidaat _____ Kandidaatnummer _____

Groentestoof harissa met platbroodjes



Ingrediënten (voor 1 à 2 personen)

- 70 gram volkorenmeel
- 60 gram Griekse yoghurt
- 1 theelepel bakpoeder
- 1 mespunt zout
- 1 teentje knoflook
- 100 gram wortel
- 1 tomaat
- ½ groene paprika
- 75 gram vegetarische kipstukjes
- 1 eetlepel olijfolie
- ½ theelepel harissa
- ¼ groentebouillontablet
- 100 ml water
- 25 gram linzen (uit blik)
- zout en peper
- 3 takjes verse munt

Bereiding

- 1 Meng het volkorenmeel, de Griekse yoghurt, het bakpoeder en het zout in een kom.
- 2 Kneed er met de hand een soepel deeg van.
- 3 Laat het deeg afgedekt rusten in de kom.
- 4 Maak groenten en verse kruiden schoon.
- 5 Snijd de knoflook fijn.
- 6 Snijd de wortel en de tomaat in kleine blokjes en de paprika in kleine reepjes.
- 7 Snijd de vegetarische kipstukjes zo nodig kleiner.
- 8 Verhit olijfolie in een braad- of hapjespan.
- 9 Bak hierin de knoflook, de wortel en de paprika.
- 10 Schep de vegetarische kip, de tomaat en de harissa erdoor en bak even mee.
- 11 Voeg $\frac{1}{4}$ groentebouillontablet en het water toe.
- 12 Roer alles goed door en doe een deksel op de pan.
- 13 Stoof het gerecht \pm 15 minuten en roer regelmatig.
- 14 Kneed ondertussen het deeg nogmaals door en verdeel het in twee gelijke porties.
- 15 Maak met je handen van elke portie een platbroodje van ongeveer 1 cm dik.
- 16 Verwarm een droge koekenpan op middelhoge temperatuur.
- 17 Bak de platbroodjes aan beide zijden lichtbruin en gaar in \pm 10 minuten en leg ze op een bord.
- 18 Voeg de linzen toe aan de groentestoof en warm alles goed door.
- 19 Snijd ondertussen de munt fijn.
- 20 Breng de groentestoof zo nodig op smaak met zout en peper.
- 21 Schep de groentestoof in een serveerkom en garneer met de munt.
- 22 Serveer de kom met warme groentestoof en het bord met de platbroodjes op een dienblad.
- 23 Leg er bestek en een servet bij.