

# Het JNF brengt Israel bij u thuis

Instructies voor twee heerlijke gerechten van chef kok Yinon Beerin uit Paran, Arava woestijn

Recept 1:

4 porties

## Paran salade met kruiden en noten

### Je hebt nodig:

- een goed mes om groenten mee te snijden
- een snijplank
- een kom voor de salade

### Ingrediënten:

- 15 gekleurde mini paprika's
- 15 kleurrijke cherry tomaatjes
- 1 klein/middelgroot rode biet (voorgekookt)
- 1 kleine komkommer
- 1 kleine rode ui
- 1 handvol muntblaadjes
- 1 handvol dille
- 1 handvol granaatappelpitjes
- 100 gram gezouten notenmix
- sap van 1/2 citroen
- 3 eetlepels extra vergine olijfolie
- zout en zwarte peper



### Bereiding:

Snijd de mini paprika's in dunne plakjes. Halveer de tomaatjes. Snijd de rode biet in dunne reepjes met behulp van een mes of een mandoline. Schil de komkommer en snijd in dunne plakjes. Schil de rode ui en snijd in dunne plakjes. Hak munt en dille.

Meng alle groenten en kruiden in een kom. Breng de salade op smaak met citroensap, olijfolie, zout en peper. Serveer de salade in een mooie schaal. Strooi de granaatappelpitjes en noten over de salade.



Stichting Joods Nationaal Fonds  
tel. 020-646 6477  
e-mail: info@jnf.nl  
www.jnf.nl  
JNF giften bankrekening:  
NL58 INGB 0000 0499 98

Eet smakelijk



## Recept 2:

4 porties

### *Kippendijen met dadels, koffie, sinaasappelschil en basilicum*

#### Je hebt nodig:

- een koekenpan
- oven
- een zeef
- keukenpapier
- een fijne rasp

#### Ingrediënten:

- 4 kippendijfilets, het liefst met huid, ongeveer 200 gram per persoon
- 2 eetlepels olijfolie
- 1 theelepel gemalen komijn
- 1 theelepel gemalen korianderzaad
- 1/2 theelepel geraspte nootmuskaat
- 1/2 theelepel zout
- 1/2 theelepel zwarte peper

#### Voor de saus:

- 2 eetlepels olijfolie
- 10 ontpitte dadels
- 2 eetlepels oploskoffie
- ongeveer 1/2 liter kippenbouillon, groentebouillon of water
- sap van 1/2 citroen
- zout en peper
- geraspte schil van 1/2 sinaasappel
- 1 handvol basilicumblaadjes

Optioneel: een paar klein gesneden stukjes rode peper

## Bereiding:

Neem de kip een uur van tevoren uit de koelkast. Verwarm de oven voor op 210 graden. Dep de kip droog met keukenrol. Breng de kip op smaak met de kruidenmix. Schenk wat olie in een braadpan en bak de kip aan beide kanten tot deze goudbruin van kleur is. Leg de kip in een ovenschaal en plaats deze in de oven tot de kip gaar (maar sappig) en de saus klaar is.

#### De saus:

Verwarm de olijfolie in de koekenpan. Voeg de ontpitte dadels en koffie toe en laat deze een paar seconden smelten. U kunt nu ook een paar stukjes rode peper toevoegen of ze op het laatst als garnering toevoegen. Voeg de bouillon\* of water, zout en peper toe en breng aan de kook. Kook op middelhoog vuur een paar minuten tot de dadels bijna gesmolten zijn. Voeg citroensap toe - begin met 1 eetlepel. Wanneer de saus zuur, zout, zoet en dik genoeg is, giet deze dan door een zeef en giet de overgebleven vloeistof weer in de koekenpan. Breng dit aan de kook en voeg de kip en de meeste basilicum blaadjes een paar seconden toe. Leg de kip op een mooie schaal, giet de saus erover en garneer met de geraspte sinaasappelschil en de overige basilicumblaadjes.

*Bon appetit!*

\* Voeg de bouillon gedoseerd toe, zodat de saus niet te vloeibaar wordt



Stichting Joods Nationaal Fonds  
tel. 020-646 6477  
e-mail: info@jnf.nl  
www.jnf.nl  
JNF giften bankrekening:  
NL58 INGB 0000 0499 98