

Vegetarische paté

Ingrediënten (1 bakje)

- 165 gram bonen (**75 g gedroogd gewicht!**)
 - adukibonen, favabonen (gedroogde tuinbonen) of noordhollandse citroenbonen
 - 8-12 uur geweekt in koud water
- 50 gram zongedroogde tomaat (niet op olie !)
- 4 takjes verse tijm
- plantaardige olie
- 1 kleine rode ui, gesnipperd
- 2 teentjes knoflook, gesnipperd (*niet keuze*)
- ½ theelepel pimentón (= gerookt paprikapoeder); paprikapoeder mag ook
- 1 à 2 theelepels citroensap
- 1 eetlepel extra vergine olijfolie
- zout en versgemalen zwarte peper



Bereiding

- Kook de geweekte bonen in het weekwater zonder zout gaar. Laat uitlekken en zet apart
- Doe de zongedroogde tomaten in een kommetje. Ris de blaadjes van de takjes tijm en doe erbij. Overgiet met kokend water zodat alles onder staat. Laat 10-15 minuten weken.
- Verhit olie in een koekenpan en fruit ui en knoflook zachtjes bruin en gaar. Voeg pimentón of paprikapoeder toe en bak even mee
- Doe de gare en uitgelekte bonen in de **keukenmachine**
- Laat de tomaten en tijm uitlekken, vang het weekvocht op, en snijd of knip de tomaten in stukken
- Voeg tomaat, tijm en het gebakken ui-mengsel bij de boontjes. Doe er het citroensap, versgemalen peper en snufje zout bij, samen met een eetlepel weekvocht en de extra vergine olijfolie
- Pureer dit tot een grove of fijnere paté, net wat je lekker vindt

Tips

- Waarschijnlijk zijn adukibonen het makkelijkst verkrijgbaar
- Voeg naar eigen smaak en voorkeur meer kruiden en specerijen toe en geef er zo je persoonlijke draai aan
- In de koelkast in een goed afgesloten potje of bakje bewaren. Maak liever minder dan meer, zodat je de gemaakte hoeveelheid niet later dan de dag na bereiding op maakt

Bron: Bonen!, Joke Boon

Adukibonen:

