**Zomerse tajine met lamsvlees, courgette, paprika en munt**

Nodig voor vier ballen:

3-4- eetlepels olijfolie

1 ui, grof gesnipperd

4 tenen knoflook, grof gehakt

1 theelepel komijnzaad

1 theelepel korianderzaad

1 theelepel gedroogde munt

25 gram verse gember, geschild en fijngehakt of geraspt

750 gram mager lamsvlees, in stukjes

zeezout en versgemalen zwarte peper

2 kleine courgettes, in dikke schuine plakken

1 rode of groene paprika, zonder zaadjes en zaadlijsten, in dikke repen

4 tomaten, ontveld, zonder zaadjes, in stukken

een klein bosjes verse bladpeterselie, grof gehakt

een klein bosjes verse munt, grof gehakt

1 citroen, in vieren, voor erbij

Bereiding:

Verhit de olijfolie in een tajine en braadpan met dikke bodem. Roer de ui, knoflook, komijn- en korianderzaadjes, gedroogde munt en gember erdoor. Bak alles tot de ui zacht wordt en schep dan het vlees erdoor. Giet er water bij tot het vlees net onderstaat. Breng aan de kook, draai het vuur, doe het deksel op de tajine of pan en laat alles 1,5 uur zachtjes stoven. Breng het stoofvocht op smaak met zout en peper. Schep de courgette, paprika en tomaten erdoor (voeg indien nodig meer water toe). Dek de tajine weer af en laat alles nog 15 minuten stoven, tot de courgette en paprika gaar, maar nog stevig zijn. Schep wat van de gehakte peterselie en verse munt door de tajine en strooi de rest eroverheen. Serveer de tajine met de partjes citroen om erover uit te knijpen.

Deze zomerse tajine is erg lekker met een verse salade van jonge bietjes, spinazie en slablaadjes.