



V3: Maleisisch garnalenpannetje

met tamarinde-pindasaus en jasmijnrijst



ca. 25min



2 personen

Dit Maleisische garnalenpannetje zit boordevol smaak! Je bakt sappige garnalen in je zelfgemaakte kruidenpasta van limoengras, knoflook, Indonesische kruiden en tamarinde. Vervolgens draai je nog een snelle pindasaus in elkaar met de rest van de tamarinde, en je serveert het geheel op geurige jasmijnrijst. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 200g jasmijnrijst
- 1 bosui
- 1 stengel citroengras
- 1 teen knoflook
- 1 zakje Indonesische kruidenmix
- 1 zakje tamarindepasta
- 1 paprika
- 1 komkommer
- 1x garnalen (ontdood)²
- 25g gezouten pinda's⁵
- 50g babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- kleine kookpan met deksel
- grote koekenpan
- staafmixer met beker
- maatbeker
- zeef

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

Hou je van pittig? Voeg dan voor het pureren van de kruidenpasta wat chilipoeder of verse chilipeper toe aan de (maat)beker.

Allergenen

schaaldieren (2), pinda's (5). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 858kcal, vet 39.4g, koolhydraten 100.0g, eiwit 26.8g



1. Rijst koken

Breng 400ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Draai het vuur helemaal laag, doe een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



4. Garnalen meebakken

Spoel de **garnalen** met koud water in een zeef en laat uitlekken. Voeg de **garnalen** toe aan de pan zodra de **paprika** zacht is. Bak de **garnalen** in 2-3min gaar.



2. Kruidenpasta maken

Snijd de **bosui** in 3-4 grove stukken. Kneus het **citroengras** met de platte kant van je mes, verwijder het buitenste blad en hak grof. Pel en hak de **knoflook** grof. Doe de **knoflook**, **bosui**, het **citroengras**, de **Indonesische kruidenmix**, de **helft van de tamarinde**, 2el plantaardige olie en 1tl zout in een hoge (maat)beker. Pureer tot een grove **kruidenpasta**.



5. Pindasaus maken

Doe de **pinda's** in de gebruikte maatbeker met de **rest van de tamarinde**, 1tl suiker, 1el plantaardige olie en 2-3el water. Pureer glad en voeg evt. wat extra water toe als je de **saus** te dik vindt. Breng op smaak met peper, zout en suiker.



3. Paprika bakken

Verwijder de kern en snijd de **paprika** in dunne reepjes. Bak de **kruidenpasta** ca. 1min in een grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie. Voeg de **paprika** toe en bak in 5-6min zacht. Leg de **komkommer** op een snijplank en kneus met een zware pan of vleesklopper tot de schil breekt en de **komkommer** in grove stukken uiteenvalt. Snijd dan in hapklare blokjes.



6. Spinazie garen

Neem de pan van het vuur, voeg de **spinazie** toe en laat slinken. Voeg de **helft van de pindasaus** toe en proef of je nog peper en zout wil toevoegen. Verdeel de **rijst** over kommen of diepe borden en serveer de **garnalen** bovenop. Geef de **komkommer** erbij en besprenkel het geheel met de **rest van de pindasaus**.