



Gele viscurry

met aardappels en mandarijn



ca. 25min



2 personen

Vandaag maak je een makkelijk en smakelijk recept dat karakteristiek is voor onze chef Matthias. Je bakt de paprika, ui en wortel en vervolgens tover je met gele currypasta en romige kokosmelk alles om in een overheerlijke curry. De gekookte aardappels en verse stukjes vis zorgen ervoor dat je verzadigd en wel van tafel gaat. Om het feest af te maken hebben we ook een sappig mandarijntje toegevoegd. Bijzonder en fris!

Wat je van ons krijgt

- 500g kruimige aardappels
- 2 koelvisfilets⁴
- 1 wortel
- 1 rode paprika
- 1 ui
- 10g verse koriander
- 1 pakje gele currypasta
- 1 pakje kokosmelk
- 1 mandarijn

Wat je thuis nodig hebt

- bloem¹
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- dunschiller
- middelgrote kookpan
- maatbeker
- grote kookpan
- vergiet

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

Allergenen

gluten (1), vis (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 753kcal, vet 35.3g, koolhydraten 75.8g, eiwit 36.4g



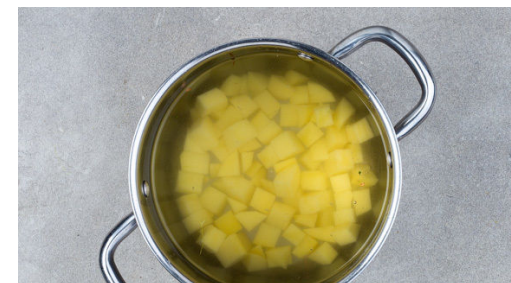
1. Aardappels snijden

Breng een grote kookpan met gezouten water aan de kook. Schil de **aardappels** en snijd ze in stukjes. Dep de **vis** droog en verwijder evt. graten. Snijd dan de **vis** in hapklare stukken.



2. Groenten snijden

Boen de **wortel** schoon, snijd in de lengte doormidden en dan schuin in plakjes. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in reepjes. Halveer, pel en snijd de **ui** in brede, halve ringen. Pluk de **korianderblaadjes** en hak de **steeltjes** fijn.



3. Aardappels koken

Voeg de **aardappels** toe zodra het water kookt en kook ze in 10-12min gaar. Giet de **aardappels** in een vergiet af en laat ze uitstomen.



4. Curry maken

Verhit 1-2el olie in een grote kookpan op middelhoog vuur. Voeg de **wortel**, **ui** en **paprika** met de **koriandersteeltjes** toe en bak 3-4min. Voeg dan 2el bloem en de **helft van de currypasta** toe en roer door. Schenk er de **kokosmelk** en 150ml warm water toe. Breng aan de kook en laat de **curry** ca. 10min op matig vuur pruttelen. Voeg naar smaak **meer currypasta** toe.



5. Mandarijn snijden

Pel de **mandarijn** en snijd de **partjes** in stukjes.



6. Vis toevoegen

Voeg de **vis** en **aardappels** aan de **curry** toe. Roer door en kook 3-5min op laag vuur tot de **vis** gaar is. Proef en breng de **curry** op smaak met peper en evt. zout. Verdeel de **curry** over de kommen en garneer met de **mandarijn** en **korianderblaadjes**.