

MARLEY SPOON



Indiase cashew-kokoscurry

met grillkaas en koriander op basmatirijst



ca. 20min



2 personen

Snel, sneller, cashew kokoscurry! Deze romige curry met grillkaas, prei en sperziebonen wordt geserveerd op luchtige basmatirijst. Koriander en geroosterde cashewnoten maken dit vlotte bordje helemaal af. Hap, slik, weg!

Wat je van ons krijgt

- 200g Griekse grillkaas ¹
- 250g sperziebonen
- 200g preiringen
- 200g biologische basmatirijst
- 1 zakje madraskruiden ²
- 1 blik tomatenblokjes
- 200ml kokosmelk
- 25g gezouten cashewnoten ^{3,4}
- 10g verse koriander

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

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

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

Allergenen

melk (1), mosterd (2), pinda's (3), noten (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1171kcal, vet 64.7g, koolhydraten 103.0g, eiwit 42.4g



1. Kaas & groente bakken

Breng in een kleine kookpan 400ml licht gezouten water aan de kook. Snijd de **grillkaas** in blokjes van ca. 2cm. Verwijder de uiteinden van de **sperziebonen**. Verhit een grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 2el plantaardige olie en bak de **grillkaas**, **sperziebonen** en de **prei** ca. 1min.



4. Curry koken

Roer de **tomatenblokjes** en de **kokosmelk** erdoor en laat de **curry** ca. 5min zachtjes koken.



2. Rijst koken

Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Zet het vuur lager, leg een deksel op de pan en kook 10-12min tot de **rijst** gaar is en het water opgezogen heeft. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



5. Cashews hakken

Hak ondertussen de **cashews** grof.



3. Currypoeder roosteren

Voeg de **madraskruiden** toe aan de pan en bak in ca. 1min geurig.



6. Koriander snijden

Snijd de **helft van de koriander incl. steeltjes** (of meer naar smaak) grof. Breng de **curry** op smaak met peper en zout. Serveer de **curry** bovenop de **rijst** en top met de **cashews** en **koriander**.