



Indiase tamarindecurry

met ei, sperziebonen en aardappels



30-40min



2 personen

Tamarinde vind je veel in de Indonesische en Indiase keuken. Deze zoetzure, dikke pasta komt uit de tamarindepeul en kun je op heel veel manieren gebruiken. Bijvoorbeeld als toevoeging in de bekende satésaus, aan een rijstschotel of zoals hier als smaakmaker in een curry. Deze volle en kruidige curry vul je verder met sperziebonen, tomaat en aardappels en serveer je met een zachtgekookt eitje. Heerlijk!

Wat je van ons krijgt

- 1x sperziebonen
- 500g kruimige aardappels
- 4 eieren³
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 rode ui
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 2 tomaten
- 1 zakje tamarindepasta
- 1 zakje tandoori masala
- 10g verse koriander

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan of wok
- staafmixer
- maatbeker

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

Kooktip

Heb je moeite met eieren pellen? Duw dan een lepel onder de schil zodra je deze op verschillende plekken hebt gebroken. Zo verwijder je de schil in no time en houd je het eiwit heel!

Allergenen

eieren (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 531kcal, vet 17.6g, koolhydraten 75.3g, eiwit 22.6g



1. Sperziebonen doppen

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Dop de **sperziebonen**. Schil de **aardappels** en snijd ze in vieren (snijd grotere exemplaren in achten).



2. Aardappels en bonen koken

Doe de **aardappels** en **sperziebonen** in een lgrote kookpan en leg de **eieren** erbovenop. Bestrooi met het **bouillonpoeder** en schenk het gekookte water erbij tot de **groenten** onderstaan. Kook 7-8min en doe de **eieren** in een kom koud water. Zet opzij tot stap 6. Kook de **groenten** nog 4-5min en giet dan af (je hebt in stap 4 **200ml bouillon** nodig, dus vang dit tijdig op).



3. Smaakmakers snijden

Pel en hak de **rode ui** grof. Halveer, pel en snijd de andere **ui** in dunne, halve ringen. Pel de **knoflook**, schil de **gember** en hak **beide** grof. Snijd de **tomaten** in blokjes.



4. Saus voorbereiden

Doe de **tamarinde, tandoori masala, knoflook, rode ui, gember** en **200ml bouillon** in een hoge (maat)beker. Voeg er 1/2tl versgemalen peper, 1/2el suiker en 1/2-1tl zout aan toe en pureer glad met een staafmixer.



5. Curry maken

Verhit 1el olie in een wok of grote koekenpan op middelhoog vuur. Fruit de **uiringen** met een snuf zout 2-3min. Voeg de **tomaat, aardappels, sperziebonen** en **saus** toe en laat 5-6min stoven tot een dikke **saus** ontstaat. Proef en breng de **curry** op smaak met peper en zout.



6. Koriander hakken

Pel de **eieren** en snijd ze doormidden (**zie tip, links**). Hak de **koriander** zonder hardere stelen grof. Serveer de **curry** met de **eieren** bovenop en garneer met de **koriander**.