



Jamaicaanse curry met gehakt en kokos

op basmatirijst met groente-bonenmix



ca. 25min



2 personen

Vandaag serveer je een gerecht geïnspireerd op de Jamaicaanse keuken. Deze curry met half-om-half gehakt en kokos is heel kleurrijk en ontzettend rijk aan smaken: gember, knofloof, harissa, curry madras, kokos en nog meer. En het mooiste is dat alles perfect bij elkaar past: ieder ingrediënt brengt het beste in alle andere naar voren. Genieten!

Wat je van ons krijgt

- 1 sjalotje
- 1 stukje verse gember
- 1 tomaat
- 150g basmatirijst
- 1x verse groentemix: Mexicaans
- 1 zakje knoflookplakjes
- 1 zakje harissakruiden
- 1x curry-madraskruiden ¹⁰
- 250g runder- en varkensgehakt
- 1 blikje tomatenpuree
- 1 zakje kokosrasp

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- kleine koekenpan
- waterkoker
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

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

Allergenen

mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 809kcal, vet 43.5g, koolhydraten 72.2g, eiwit 31.1g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng 375ml water aan de kook in een waterkoker. Pel, halveer en snijd het **sjalotje** in dunne reepjes. Schil de **gember** en rasp grof. Snijd de **tomaat** in kleine blokjes. Was de **rijst** grondig in een zeef.



2. Rijst koken

Verhit een middelgrote kookpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **groentemix** met 1/2tl zout ca. 2min. Voeg de **rijst**, 300ml water en nog een flinke snuf zout toe. Leg een deksel op de pan, draai het vuur helemaal laag en laat het geheel 10-12min koken tot het water opgezogen en de **rijst** gaar is. Neem de pan van het vuur en laat afgedekt rusten.



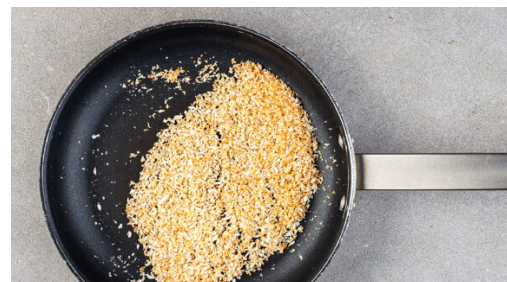
3. Curry opzetten

Verhit een middelgrote koekenpan met 1el plantaardige olie. Voeg de **sjalot**, **gember**, de **helft van de knoflookplakjes**, **3/4e van de harissa (of meer naar smaak)**, de **currykruiden**, 1/2tl zout en een snuf peper toe. Roer goed door en bak ca. 2min op hoog vuur.



4. Curry koken

Voeg het **gehakt**, de **tomaat** en de **helft van de tomatenpuree** toe en bak ca. 4min, tot het **gehakt** rul is. Giet de laatste 75ml heet water in de pan, breng aan de kook en laat 3-4min inkoken, tot het meeste van het vocht verdampt is.



5. Kokosrasp roosteren

Verhit een kleine, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **kokosrasp** in 1-2min goudbruin.



6. Afmaken en serveren

Verdeel de **groenterijst** en de **curry** over de borden en bestrooi met de **kokosrasp**.