



V: Kormacurry met malse bio-kip

met kokosmelk en jasmijnrijst



ca. 30min



2 personen

In deze zalige curry breng je mals biologisch kippenvlees op smaak met een milde kormapasta. Terwijl je de kip bakt, laat je paprika, ui, tomaat en geraspte kokos pruttelen in romige kokosmelk. Je serveert de curry op een zacht bedje van jasmijnrijst. Dat wordt smullen...

Wat je van ons krijgt

- 200g jasmijnrijst
- 1 paprika
- 2 tomaten
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 pakje korma currypasta
- 1 zakje kokosrasp
- 200ml kokosmelk
- 2 biologische kipfilets

Wat je thuis nodig hebt

- 1½el bloem¹
- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

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

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

Allergenen

gluten (1). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1081kcal, vet 45.0g, koolhydraten 105.8g, eiwit 60.7g



1. Groente snijden

Breng 400ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snijd het **vruchtvlees** in dunne repen. Verwijder de harde kern van de **tomaten** en snijd in dunne plakjes. Pel en halveer de **ui** en snijd in dunne reepjes. Pel de **knoflook** en snijd fijn.



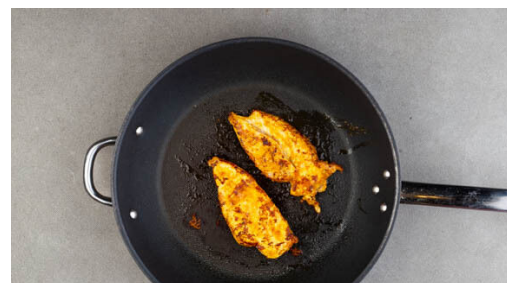
4. Saus koken

Roer de **helft van de voorbereide currypasta** met de **kokosrasp** door de pan met **groente**. Bestuif met 1½el bloem en blus met de **kokosmelk**. Laat de **saus** 2-3min pruttelen en kruid naar smaak met peper en zout.



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. Vlees bakken

Dep het **vlees** droog met keukenpapier, snijd in **2 platte filets** en wrijf in met de **rest van de voorbereide currypasta**. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **kip** 2-3min per kant tot het **vlees** gaar is.



3. Groente bakken

Verhit een middelgrote kookpan op medium tot hoog vuur met 1el olijfolie. Fruit de **ui** 1-2min. Voeg de **paprika, tomaat** en **knoflook** toe en bak kort mee. Meng ondertussen de **helft van de korma currypasta** met 1el olijfolie en een flinke snuf zout. De **rest van de currypasta** heb je voor dit recept niet nodig.



6. Afmaken en serveren

Verdeel de **rijst** en de **saus** over borden. Schik de **kip** erbovenop en serveer.