



## Kokoscurry met bio-kip en paprika

met geurige bruine rijst



20-30min



2 personen

Een snelle curry is altijd een goed idee. En gaat ook nooit vervelen omdat je er heerlijk mee kunt variëren. Vandaag maak je een versie met gebakken bio-kip, groene paprika en champignons in een romige kokossaus die je goed op smaak brengt met limoen, vissaus en koriander. Eet smakelijk!

### Wat je van ons krijgt

- 150g bruine snelkookrijst
- 250g champignons
- 1 groene paprika
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 onbehandelde limoen
- 1x biologische kipstukjes
- 200ml kokosmelk
- 20ml vissaus <sup>1</sup>
- 10g verse koriander

### Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

### Kookgerei

- kleine kookpan met deksel
- grote kookpan
- maatbeker
- keukenrasp
- citruspers

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

### Allergenen

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

### Voedingswaarde per portie

calorieën 711kcal, vet 28.6g, koolhydraten 70.2g, eiwit 43.3g



#### 1. Groente snijden

Breng in een kleine kookpan 300ml licht gezouten water aan de kook voor de **rijst**. Borstel de **champignons** evt. schoon en snijd ze doormidden (grotere exemplaren in vieren). Verwijder de zaadlijsten uit de **paprika** en snijd het **vrucht vlees** in dunne reepjes. Pel de **ui** en snijd in fijne reepjes. Pel en snijd de **knoflook** in dunne plakjes.



#### 4. Vlees voorbereiden

Dep het **vlees** droog met keukenpapier en kruid met een snuf peper en zout.



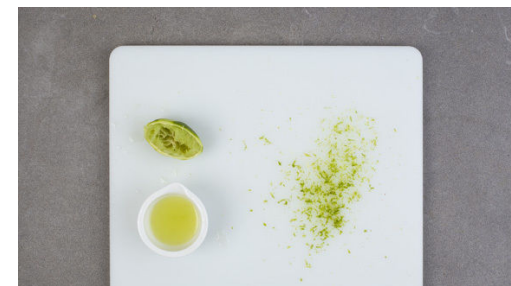
#### 2. Rijst koken

Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Zet het vuur helemaal laag, leg een deksel op de pan en kook 8-10min tot de **rijst** gaar is en het water opgezogen heeft. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



#### 5. Curry koken

Verhit een grote kookpan op hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak het **vlees** 2-3min scherp aan. Voeg de **champignons**, de **paprika**, de **ui** en de **knoflook** toe en bak ca. 2min. Blus af met de **kokosmelk** en laat de **curry** nog 3-4min zachtjes koken op middelhoog vuur, tot de **groente** gaar is maar nog wel een bite heeft.



#### 3. Limoen voorbereiden

Rasp **1-2tl limoenschil** fijn en pers de **limoen** uit.



#### 6. Afmaken en serveren

Breng de **curry** naar wens op smaak met de **vissaus**, de **limoensap en -rasp** en peper en zout. Voeg evt. wat water toe als je de **curry** te dik vindt. Hak de **koriander incl. steeltjes** fijn. Serveer de **curry** met de **rijst** en bestrooi met de **koriander**.