



Snelle Thaise curry met varkensvlees

en courgette met ananas



ca. 25min



2 personen

Net als witte chocolade en frambozen zijn varkensvlees en ananas voor elkaar gemaakt. Dat bewijst deze heerlijke curry wel! Je combineert de zoete ananas en het malse varkensvlees met pittige, Aziatische smaken in een verwarmende, pittige rode curry. Wij serveren de curry easy peasy met een bordje stomende basmatirijst voor een echte perfect bite. Enjoy!

Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 2 tomaten
- 1 blikje ananastukjes
- 1 courgette
- 150g basmatirijst
- 1 pakje rode currypaste
- 1 pakje kokosmelk
- 1x varkensstukjes

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

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

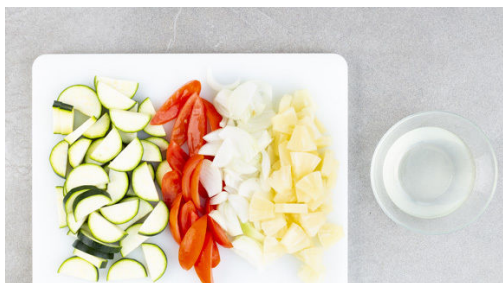
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

Kan sporen van allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 838kcal, vet 36.1g, koolhydraten 82.2g, eiwit 40.8g



1. Groenten snijden

Breng 300ml licht gezouten water in een kleine kookpan aan de kook. Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne, halve ringen. Ontpit de **tomaten** en snijd ze in partjes. Vang bij het afgieten van de **ananas** het **sap** op. Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan in plakjes.



4. Currypasta toevoegen

Voeg **1/3e van de currypasta** aan de groentepan toe en bak al roerend 30sec. Voeg dan de **helft van het ananassap** en 1/4tl zout toe en roer door. Stoof 2min totdat de **courgette** gekarameliseerd is.



2. Rijst koken

Was de **basmatirijst** in een zeef totdat het water helder is. Voeg de **rijst** toe zodra het water kookt, breng het geheel aan de kook en kook de **rijst** op laag vuur met een deksel afgedekt in 10-12min beetgaar. Neem de pan het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



5. Kokosmelk toevoegen

Schud het **pakje kokosmelk** en voeg **2/3e van de melk**, de **ananas**, **tomaat** en het **varkensvlees** toe. Laat de **curry** 5-6min op hoog vuur sudderen of totdat de **tomaten** zacht zijn. Proef en voeg meer **currypasta** voor een sterkere smaak toe. Tip: de **rest van de kokosmelk** kun je in een smoothie verwerken.



3. Groenten bakken

Verhit 1el olie in een grote koekenpan of wok op hoog vuur. Voeg de **ui** en **courgette** met een snuf zout toe. Bak 3-5min totdat de **groente** zacht en goudbruin is.



6. Curry afmaken

Proef en breng de **curry** op smaak met meer **ananassap** voor een zoetere smaak of zout en peper. Serveer de **curry** met de **rijst**.