



Kokoscurry van varkensgehakt

en mango bestrooid met cashewnoten



ca. 25min



2 personen

Woensdag gehaktdag? Wij zijn niet de enigen die dol zijn op gehakt. In de Thaise keuken koken de chefs graag met varkensgehakt, omdat dat zo'n uitgesproken smaak heeft. Vandaag verwerk je het gehakt in een goed gevulde, gele kokoscurry. Voor een bijzondere twist serveer je er frisse stukjes mango en cashewnoten bij. Een perfecte combinatie van zoet, hartig en romig.

Wat je van ons krijgt

- 1 rode ui
- 1 paksoi
- 1 courgette
- 1 zakje cashewnoten ¹⁵
- 150g basmatirijst
- 1x varkensgehakt
- 1 zakje gele currypasta ¹⁰
- 1 mango
- 1 pakje kokosmelk

Wat je thuis nodig hebt

- plantaardige olie
- peper en zout

Kookgerei

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

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

Kooktip

Heb je tijd over? Rooster de cashewnoten dan voor een vollere smaak in een droge koekenpan in 1-2min goudbruin. Neem uit de pan en zet apart.

Allergenen

mosterd (10), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 1028kcal, vet 57.8g, koolhydraten 84.2g, eiwit 38.4g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng 300ml licht gezouten water in een kleine kookpan aan de kook. Halveer, pel en snijd de **ui** in zo dun mogelijke halve ringen. Snijd het **wit** en het **groen van de paksoi** gescheiden van elkaar in repen. Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Hak de **cashewnoten** grof (**zie tip, links**).



4. Curry maken

Verhit 1el olie in een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur en bak de **courgette** 3min. Doe het **wit van de paksoi** en **1el currypasta** (of meer) erbij en bak 2min mee. Schenk dan de **kokosmelk** erbij en roer door. Laat de **curry** ca. 5min zachtjes sudderen en breng hem op smaak met peper en zout.



2. Rijst koken

Was de **basmatirijst** grondig in een zeef en voeg het aan de pan met kokend water toe. Breng opnieuw aan de kook, draai het vuur laag en leg een deksel op de pan. Kook de **rijst** in 10-12min beetgaar. Neem van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



5. Mango toevoegen

Schil de **mango** en snijd het **vruchtvlees** in blokjes. Roer eerst het **gehakt** en vervolgens de **mango** en het **groen van de paksoi** door de **curry**. Breng evt. op smaak met peper en zout.



3. Gehakt bakken

Verhit 1el olie in een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur en fruit de **ui** 2-3min. Voeg het **gehakt** met 1/4tl zout en een snuf peper toe en bak het in 4-5min rul en bijna gaar.



6. Serveren

Schep de **rijst** op en verdeel de **curry** erover. Bestrooi met de **cashewnoten**.