



Milde ananas-kipcurry

met gestoofde paksoi en basmatirijst



ca. 25min



2 personen

Met deze curry zet je de perfecte combinatie van zoete, hartige en romige smaken op tafel. Curry is door z'n pittigheid vaak niet het lievelingskostje van kinderen en mensen die niet graag heet eten. Deze variant is echter heerlijk zacht en dus een ware allemansvriend.

Wat je van ons krijgt

- 1 sjalotje
- 1 paksoi
- 1 courgette
- 1 zakje cashewnoten ¹⁵
- 150g basmatirijst
- 1x kipstukjes
- 2 zakjes gele currypasta ¹⁰
- 1 pakje kokosmelk
- 1 blikje ananasstukjes

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- maatbeker
- grote wok of koekenpan
- zeef
- 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 917kcal, vet 41.1g, koolhydraten 84.1g, eiwit 46.6g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng 300ml licht gezouten water in een kleine kookpan aan de kook. Halveer, pel en snijd het **sjalotje** in dunne, 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 de gebruikte koekenpan of wok op middelhoog vuur en bak de **courgette** 3min. Voeg het **wit van de paksoi** en de **helft van de currypasta** (of meer) toe 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. Ananas toevoegen

Giet de **ananas** af en voeg het **fruit** met de **kip** en het **groen van de paksoi** aan de currypan toe en schep om. Breng op smaak met peper en zout.



3. Kip bakken

Verhit 1el olie in een grote koekenpan of wok op hoog vuur en bak de **kipstukjes** in 1-2min rondom goudbruin. Zet het vuur iets lager en voeg het **sjalotje** toe. Bak 2min mee en breng op smaak met peper en zout. Schep de **kip** op een bord en zet opzij.



6. Serveren

Schep de **rijst** en **curry** op en bestrooi met de **cashewnoten**.