

DINNERLY



Varkenslapjes gemarineerd in tamarinde op curryrijst en gebakken komkommer



2 personen

Heb je wel eens met tamarinde gekookt? Deze peulvrucht wordt ook wel Indische dadel genoemd en groeit aan rood-geel bloeiende tropische bomen. Zijn speciale zure smaak kan de ingrediënten van je gerecht heerlijk in balans brengen. Vandaag maken we er een marinade van om varkenslapjes mee te kruiden. En om het nog interessanter te maken serveren we daar kruidige curryrijst en gebakken komkommer bij. Eet smakelijk!

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 2 minikomkommers
- 2 sjalotjes
- 150g basmatirijst
- 2 zakjes gele currypasta ¹⁰
- 1 zakje tamarindepasta
- 2 procureurlappen

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- 1tl mosterd ¹⁰
- 1el honing
- zout
- plantaardige olie

KOOKGEREI

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

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

ALLERGENEN

mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 827kcal, vet 38.3g, koolhydraten 89.8g, eiwit 33.5g



1. Groenten snijden

Halveer de **komkommers** in de lengte en schep met een lepeltje de zaadlijsten eruit. Snij in dunne plakjes, meng met een flinke snuf zout en zet opzij voor straks. Pel en halveer de **sjalotten** en snij in dunne reepjes. Verhit een middelgrote koekenpan met 1el plantaardige olie. Kruid de **sjalotjes** met een flinke snuf zout en karameliseer ze 15-20min op laag vuur. Roer regelmatig.



2. Rijst koken

Breng 300ml water aan de kook in een waterkoker (of kookpan). Was de **rijst** grondig in een zeef. Verhit een kleine kookpan met 1el plantaardige olie en fruit de **currypasta** ca. 1min op hoog vuur. Voeg de **rijst** en het water toe en breng weer aan de kook. Draai het vuur laag, leg een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Laat de **rijst** dan afgedekt rusten.



3. Steaks marineren

Pel en snij 1 teen knoflook fijn. Roer de knoflook, de **tamarindepasta**, 1el honing, 1tl mosterd en 1/2tl zout tot een **marinade**. Dep het **vlees** droog met keukenpapier en wrijf rondom in met de **marinade**.



4. Roerbakken

Dep de **komkommer** droog met keukenpapier. Verhit een grote koekenpan met 1el plantaardige olie. Bak de **komkommer** 2-3min op hoog vuur. Schep op een bord en verhit opnieuw 1el olie in de pan. Bak het **vlees** op medium tot hoog vuur 3-4min per kant tot het goudbruin en gaar is.



5. Afmaken en serveren

Verdeel de **curryrijst** en het **vlees** over de borden en serveer met de **gebakken komkommer** en **gekarameliseerde ui**.



6. Meer eters? No problem!

Heb je onverwacht meer eters aan tafel zitten? Je kunt deze maaltijd makkelijk uitbreiden door 100g erwten of kleingesneden sperziebonen toe te voegen – kook ze de laatste 2min mee in de pan met de rijst. Snijd het vlees dan in dunne plakken en verdeel alles eerlijk over de borden.