



Romige kormacurry

met basmatirijst en amandelschaafsel



ca. 25min



2 personen

Dit currygerecht vindt zijn oorsprong in de keuken van het Mogolrijk, wat tegenwoordig India en Pakistan omvat. De groenten bak je volgens het oorspronkelijke recept op hoog vuur en vervolgens laat je ze rustig in een badje van yoghurt of kokosmelk verder garen. En dubbel fijn: dit rijke recept met kikkererwten, snijbonen en amandelschaafsel heb je zowaar binnen 20 minuten op tafel.

Wat je van ons krijgt

- 200g basmatirijst
- 1 wortel
- 200g voorgesneden sperziebonen
- 1 blik kikkererwten
- 25g amandelen ¹⁵
- 200ml kokosmelk
- 1 pakje korma currypasta
- 1 tomaat

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

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

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

Allergenen

noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 972kcal, vet 37.9g, koolhydraten 128.7g, eiwit 21.1g



1. Rijst koken

Breng 400ml licht gezouten water in een kleine kookpan aan de kook. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg de **rijst** aan het kokende water toe en doe een deksel op de pan. Draai het vuur laag en kook de **rijst** in 10-12min beetgaar. Neem van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



4. Groenten bakken

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **bonen** en **wortel** 4-6min.



2. Groenten snijden

Schil of schrob de **wortel** en snijd 'm in dunne schijfjes. Verwijder de uiteinden van de **sperziebonen** en snijd ze evt. in kleinere stukjes. Giet de **kikkererwten** af in een zeef en spoel ze om met koud water. Laat uitlekken.



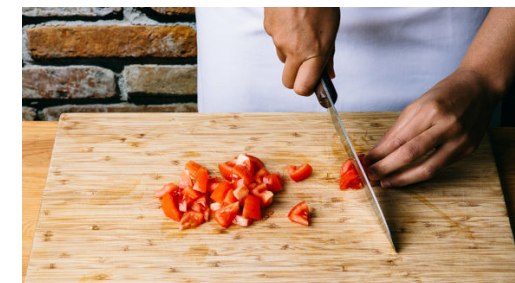
5. Curry maken

Roer de **kokosmelk** en de **currypasta naar smaak** door de **groenten**. Breng aan de kook en laat 4-5min op laag vuur zachtjes sudderen. Breng op smaak met peper en zout en roer de **kikkererwten** erdoor.



3. Amandelen roosteren

Verhit een grote, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **amandelen** 1-2min. **Let op**, ze kunnen snel aanbranden. Schep de **amandelen** uit de pan en laat afkoelen. Hak de **amandelen** evt. grof.



6. Tomaat snijden

Snijd de **tomaat** in blokjes. Serveer de **curry** met de **rijst** en garneer met de **tomaat** en de **amandelen**.