

# MARLEY SPOON



## Veganes Massaman-Curry

mit Express-Reis



2-5min



2 personen

Ein reichhaltiges, aromatisches und leicht pikantes Thai-Curry mit Koriander, Zimt und Muskatnuss. Serviert mit duftendem Jasminreis und garniert mit angeröstetem Sesam. Köstlich, nährend und in weniger als 10 Minuten auf dem Tisch.

## Wat je van ons krijgt

- 1x vegan massaman curry <sup>1,2,3,4</sup>
- 1x voorgedaarde witte rijst
- 1 zakje sesam <sup>3</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- zout

## Kookgerei

- magnetron
- middelgrote koekenpan

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

## Allergenen

gluten (1), pinda's (2), sesamzaad (3), soja (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie

calorieën 508kcal, vet 25.4g, koolhydraten 57.4g, eiwit 10.4g

1

### 1. Curry erhitzen

Das **Curry** in einer mittelgroßen Pfanne auf mittlerer Hitze unter ständigem Rühren ca. 5Min. erwärmen, bis es vollständig durchgehitzt ist. Alternativ die Folienverpackung einige Male einstechen und das **Curry** bei 900W ca. 5Min. in der Mikrowelle erhitzen.

Recycling

### 4. Entsorgen

Orientiere dich an den Entsorgungsrichtlinien deiner Region, um die Verpackung verantwortungsvoll zu entsorgen.

2

### 2. Reis erwärmen

Den Deckel des **Reis-Bechers** bis zur gepunkteten Linie öffnen und den **Reis** in der Mikrowelle 2Min. erwärmen. **Tipp:** Wer keine Mikrowelle hat, kann den **geschlossenen Reis-Becher** in einem Topf mit kochendem Wasser ca. 10Min. erhitzen.

Rating

### 5. Jetzt bewerten!

Dein Feedback ist wichtig, denn es hilft uns, unsere Rezepte und unser Angebot zu verbessern und mehr von dem zu liefern, was du liebst. Also sei nicht schüchtern – bewerte jedes Rezept, das du aus unserem Menü ausprobiert hast!

3

### 3. Anrichten und servieren

Das **Curry** ggf. mit Salz abschmecken, auf dem **Reis** anrichten und mit dem **Sesam** garniert servieren.



### 6. Ein Extra gefällig?

Kennt du schon die köstlichen Leckereien aus unserem Markt? Dort findest du erfrischende Kombucha-Drinks, feine Brownies und Muffins oder Zutaten für einen **bunten Beilagensalat**. So machst du deine nächste Mahlzeit zu etwas ganz Besonderem!