



Indiase eiercurry met tamarinde

en sperziebonen plus tomaat



30-40min



2 personen

Tamarinde vind je veel in de Indonesische en Indiase keuken. Deze zoetzure, dikke pasta komt uit de tamarindepeul en kun je op heel veel manieren gebruiken. Bijvoorbeeld als toevoeging in de bekende satésaus, aan een rijstschotel of zoals hier als smaakmaker in een curry. Deze volle en kruidige curry vul je verder met sperziebonen, tomaat en aardappels en serveer je met een zachtgekookt eitje. Heerlijk!

Wat je van ons krijgt

- 1x sperziebonen
- 1x voorgesneden kruimige aardappels
- 4 eieren ³
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 1 rode ui
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 stukje verse gember
- 2 tomaten
- 1 zakje tamarindepasta
- 10g verse koriander
- 5g Tandoori masala

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan of wok
- staafmixer
- maatbeker

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

Kooktip

Heb je moeite met eieren pellen? Duw dan een lepel onder de schil zodra je deze op verschillende plekken hebt gebroken. Zo verwijder je de schil in no time en houd je het eiwit heel!

Allergenen

eieren (3). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 521kcal, vet 17.8g, koolhydraten 61.4g, eiwit 22.6g



1. Sperziebonen doppen

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Dop de **sperziebonen**.



2. Aardappels en bonen koken

Doe de **aardappels** en **sperziebonen** in een middelgrote kookpan en leg de **eieren** erbovenop. Bestrooi met het **bouillonpoeder** en schenk er zoveel gekookt water bij tot de **groenten** en **eieren** onderstaan. Kook 7-8min en doe de **eieren** in een kom koud water. Zet opzij tot stap 6. Kook de **groenten** nog eens 4-5min tot ze gaar zijn en giet dan af.



3. Smaakmakers snijden

Pel en hak de **rode ui** grof. Halveer, pel en snijd de andere **ui** in dunne, halve ringen. Pel en hak de **knoflook** grof. Schil en hak de **gember** grof. Snijd de **tomaten** in blokjes.



4. Saus voorbereiden

Doe de **tamarinde**, **Tandoori masala**, **knoflook**, **rode ui**, **gember** en **200ml bouillon** uit de groentepan in een hoge (maat)beker met 1/2tl versgemalen peper, 1/2el suiker en 1/4el zout. Pureer glad met een staafmixer.



5. Curry maken

Verhit 1el olie in een wok of grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **uiringen** met een snuf zout in 2-3min zacht. Voeg de **tomaat**, **aardappels**, **sperziebonen** en **saus** toe en laat 5-6min stoven tot een dikke **saus** ontstaat. Proef en breng de **curry** op smaak met peper en zout.



6. Koriander hakken

Pel de **eieren** en snijd ze doormidden (**zie kooktip, links**). Hak de **koriander** zonder hardere stelen grof. Schep de **curry** op en leg er de **eieren** bovenop. Bestrooi met de **koriander**.