



Knapperige quinoaballetjes in kruidige curry

met groenten en romige kokosmelk



40-50min



2 personen

Alsof een geurige gele curry met romige kokosmelk en veel verse groenten nog niet lekker genoeg was, bedacht onze chef Anne er iets bijzonders bij: krokante quinoaballetjes met zwarte sesamzaadjes, wortel en geurige Chinese 5-kruiden uit de oven. Dit moet je proberen.

Wat je van ons krijgt

- 200g quinoa
- 1 wortel
- 1 bosui
- 1 zakje Chinese vijfkruidenmix
- 1 zakje witte sesam ¹¹
- 1 rode paprika
- 1 courgette
- 1 stengel citroengras
- 1 pakje gele currypasta
- 1 pakje kokosmelk
- 10g verse Thaise basilicum

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- kleine kookpan met deksel
- middelgrote kookpan
- staafmixer
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

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

Allergenen

sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 762kcal, vet 36.3g, koolhydraten 87.7g, eiwit 20.0g



1. Quinoa koken

Verwarm de oven voor op 220°C (200°C hetelucht). Breng 450ml licht zout water in een kleine kookpan aan de kook. Spoel de **quinoa** in een fijnmazige zeef om en voeg aan het kokende water toe. Kook de **quinoa** in 10-12min gaar. Schil of schrob de **wortel**. Rasp de **helft** fijn en snijd de **rest** in schijfjes. Snijd het **groen** en het **wit van de bosui** apart van elkaar in ringen.



4. Groenten bakken

Verhit een middelgrote kookpan op hoog vuur met 1el olie. Bak de **wortelschijfjes**, **paprika**, **courgette** en het **citroengras** 1-2min.



2. Quinoaballen draaien

Voeg 1-2tl plantaardige olie, **1tl kruidenmix** en peper en zout naar wens aan de quinoapan toe. Pureer fijn met een staafmixer. Kneed de **wortelrasp**, het **wit van de bosui** en de **helft van de sesam** door het **deeg**. Rol er met natte handen **10-12 balletjes** van en leg ze op een bakplaat met bakpapier. Bak in ca. 20min krokant in de oven.



5. Curry maken

Roer **1/3e van de currypasta** door de **groenten** en blus af met de **kokosmelk** en 50ml water. Laat de **curry** 5-8min sudderen op laag vuur. Breng op smaak met **meer currypasta** en zout en peper. Vis het **citroengras** uit de **curry**.



3. Groenten snijden

Verwijder de kern en snijd de **paprika** in dunne repen. Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan schuin in dunne plakjes. Snijd het **citroengras** in de lengte door en kneus de helften met een zware pan of de vlakke kant van je mes



6. Thaise basilicum plukken

Pluk de **Thaise basilicumblaadjes**. Serveer de **quinoaballetjes** in de **groentecurry**. Garneer met de **basilicumblaadjes** en de **rest van de bosui** en **sesam**.