



Vegan kikkererwtenkorma met courgette

met spinazie en kokosrijst



ca. 25min



2 personen

De bekende kip korma kan ook zonder het stukje vlees. Onze chef Tamara gaat voor een vegan twist door kikkererwten en licht gekarameliseerde groenten toe te voegen aan de romige curry. Zo krijgt je bordje niet alleen veel bite, maar is 'ie ook rijk aan plantaardige eiwitten. Getopt met gekruid amandelschaafsel is dit een makkelijke maaltijd voor elke dag!

Wat je van ons krijgt

- 1 pakje kokosmelk
- 200g jasmijnrijst
- 1 blik kikkererwten
- 1 courgette
- 1 teen knoflook
- 1 zakje amandelschaafsel ¹⁵
- 1 zakje tandoori masala
- 1 pakje korma currypasta
- 1x babyspinazie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- olijfolie

Kookgerei

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

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.

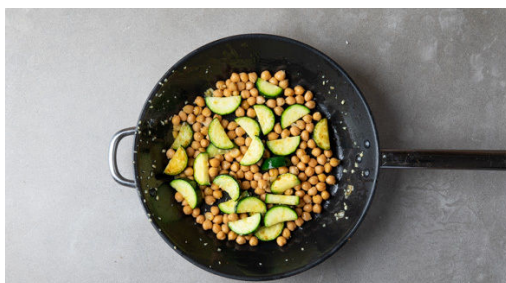
Voedingswaarde per portie

calorieën 936kcal, vet 37.3g, koolhydraten 123.1g, eiwit 23.6g



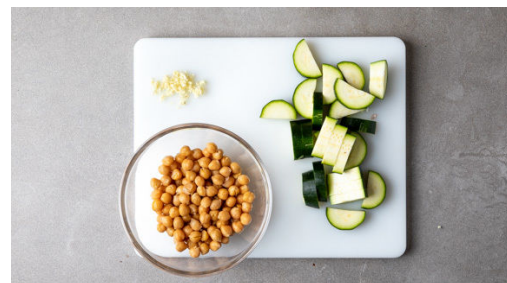
1. Rijst koken

Doe **50ml kokosmelk** met 350ml water en een snuf zout in een kleine kookpan en breng aan de kook. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende **kokoswater**. Leg een deksel op de pan, draai het vuur helemaal laag en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt 5min rusten.



4. Groenten bakken

Verhit de gebruikte koekenpan op middelhoog vuur met 1el olijfolie. Bak de **knoflook** ca. 30sec. Voeg de **courgette** toe en breng goed op smaak met zout en peper. Bak de **courgette** in 4-5min goudbruin. Voeg de **kikkererwten** toe en bak ze 1-2min mee.



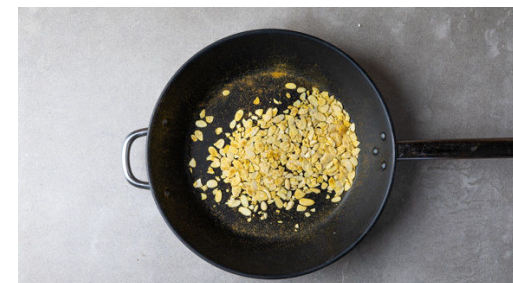
2. Groenten voorbereiden

Giet de **kikkererwten** af, spoel ze af met koud water en laat uitlekken. Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Pel en hak de **knoflook** fijn.



5. Curry maken

Voeg de **helft van de currypasta** (of meer naar smaak) toe aan de **groenten** en roerbak 1-2min. Voeg **de rest van de kokosmelk** en 100ml water toe. Breng aan de kook en laat de **curry** 8-10min op laag vuur sudderen. Roer af en toe door. Proef of je nog peper en zout wil toevoegen.



3. Amandelen roosteren

Verhit een droge, grote koekenpan op middelhoog vuur. Rooster de **helft van het amandelschaafsel** met de **tandoori masala** in 1-2min goudbruin. **Let op**, ze kunnen snel aanbranden. Neem ze uit de pan en laat afkoelen. De **rest van het amandelschaafsel** heb je niet nodig voor dit recept.



6. Spinazie toevoegen

Voeg hand voor hand de **spinazie** toe aan de **curry** en bak tot de blaadjes geslonken zijn. Neem de pan van het vuur en roer de **helft van de geroosterde amandel** door de **curry**. Schep de **rijst** op, verdeel de **curry** erover en bestrooi met de **rest van de amandelen**.