

DINNERLY



"Butter" curry met knapperige tofu op basmatirijst en ingelegde groenten



ca. 25min



2 personen

Koken draait om experimenteren. "Butter chicken" werd in de jaren 1950 uitgevonden in Dehli toen iemand kip over had en besloot die in boter te bakken. En het resultaat was fantastisch. Vandaag herhalen we dat experiment, maar dan vegetarisch. We bakken de tofu knapperig en maken een rijke saus van boter en currypasta. Serveer er wat ingelegde groenten en zachte rijst bij, en het resultaat is wederom fantastisch.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 150g basmatirijst
- 1 bosje radijsjes
- 2 wortels
- 1x tofu ⁶
- 1 pakje korma currypasta
- 1 pakje kokosmelk

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 40g plantaardige boter
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- grote koekenpan of wok
- maatbeker
- zeef
- keukenweegschaal

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

ALLERGENEN

soja (6). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 893kcal, vet 49.1g, koolhydraten 86.5g, eiwit 20.6g



1. Rijst koken

Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Zet het vuur helemaal laag, leg een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



2. Groenten inleggen

Snij de **radijsjes** in kleine stukjes (zie ook de foto). Schil evt. de **wortels**, snij ze in de lengte doormidden en in dunne plakjes. Meng 75ml heet water met 75ml (witte) azijn, 3el suiker, 1/2tl zout en een flinke snuf peper. Leg de **groenten** hierin en laat intrekken.



3. Tofu bakken

Dep de **tofu** droog met keukenpapier en snij in blokjes van 1-2cm. Verhit een grote koekenpan of wok met 2el plantaardige olie op hoog vuur. Bak de **tofu** 2-3min per kant tot ze knapperig en goudbruin zijn. Roer ze zo min mogelijk om. Schep de **tofu** uit de pan en zet opzij. De pan gebruiken we direct weer.



4. Botersaus maken

Smelt 40g boter of margarine op middelhoog vuur in de tofupan. Roer de **currypasta** erdoor en bak 30sec-1min. Blus af met de **kokosmelk**, zet het vuur lager en laat de **sous** 4-6min zachtjes koken. Voeg de **tofu** toe en haal de pan van het vuur.



5. Afmaken en serveren

Giet de **ingelegde groenten** af en breng op smaak met peper en zout. Verdeel de **rijst** en **curry** over de borden en garneer met de **radijsjes** en **wortel**.



6. De pittige details

Deze curry is niet heel pittig. Als je van scherp houdt, kun je samen met de groenten wat dunne ringen rode peper inleggen. We laten het aan jou over te beslissen of je dat met of zonder zaadjes en zaadlijsten doet...