

VEGETARISCHE RODE CURRY MET POMPOEN

Hoofdgerecht voor 4 personen

Ingrediënten :

2 el plantaardige olie

1 ui, gesnipperd

1 pakje Rode Curry Kruidenpasta*

1 pompoen van ca. 1 kg, ca. 800 g schoongemaakt en in blokjes

1 citroen, de helft geperst en de helft in partjes

250 ml water

300 g Pandan rijst*

300-400 ml Bulgaarse yoghurt

1 zakje Cashewnoten*, grof gehakt en geroosterd

15 g verse koriander, fijngehakt

Ingrediënten gemarkeerd met een * zijn
verkrijgbaar als Fair Trade Original-product

Bereidingstijd: ca. 20 minuten

Bereidingswijze :

- Verhit 2 eetlepels olie in een braadpan.
- Voeg de ui toe en fruit deze kort.
- Voeg de curry toe en fruit tot de geuren goed vrijkomen.
- Voeg daarna de pompoenblokjes, het sap van de halve citroen en het water toe.
- Kook de pompoen in ca. 10 minuten gaar.
- Bereid intussen de rijst volgens de aanwijzing op de verpakking.
- Giet de rijst af en laat staan met het deksel op de pan.
- Zet het vuur van de pompoencurry uit en voeg de yoghurt toe.
- Serveer de curry bij de gekookte rijst en garneer met de partjes citroen, de geroosterde cashewnoten en de koriander.

Wijntip: Pinotage (rood), Zuid-Afrika. Fair Trade Original