

Zoete aardappelcurry met kokosmelk

Gemaakt voor groepen 6, 7 en 8 basisschool de Peperklip op 6 december 2018

Ingrediënten (4 personen):

- Zonnebloemolie
- 1 ui
- 2 tenen knoflook
- 0,5 - 1 rode peper
- Ca. 3 cm verse gember
- 500 gram zoete aardappel
- 100 gram kikkererwten
- 250 gram verse spinazie
- Garam masala poeder
- Komijnpoeder
- Blik tomatenblokjes (400 gram)
- Blik kokosmelk (400 gram)
- 150 gram zilvervliesrijst
- Topping: pinda's/ limoenpartjes/ sambal/ kokosrasp/ verse koriander
- Peper, zout

Bereiding:

Schil de ui en snijd fijn. Doe hetzelfde met de knoflook. Schil de gember en snijd fijn. Haal de zaadjes uit de rode peper en snijd fijn. Doe wat olie in een pan. Bak hierin de ui, knoflook, gember en rode peper. Voeg na een paar minuten de kruiden (garam masala en komijnpoeder) toe. Laat even meebakken. Voeg nu de kleingesneden geschilde stukken zoete aardappel toe en de tomaten blokjes en de kokosmelk. Zit er de weinig vocht in de pan dan kun je eventueel de lege blikjes nog een beetje met water vullen er erbij doen in de pan. Laat circa 10 minuten zachtjes koken.

Voeg nu de uitgelekte kikkererwten en de spinazie toe. De spinazie slinkt, dus die moet je in delen toevoegen. Kook ondertussen de rijst in een losse pan en giet af.

Bereid de eventuele toppings voor naar smaak.

Proef of de curry op smaak is en voeg zonnodig wat kruiden toe. Schep op je bord wat rijst en curry ernaast. Maak af met de toppings. Eet smakelijk.

Tip van de kok: ieders smaak is anders, je kunt dit gerecht zelf zo pittig maken als je wilt door meer of minder kruiden toe te voegen.

Tip van de kok: de pinda's worden lekkerder van smaak als je ze even bakt in de pan.

