



WIJNBOX

Ramón Roqueta blanco

Deze wijn wordt gemaakt van twee soorten druiven. De chardonnay gaat goed samen met de kokos. De macabeo past daarentegen goed bij het frisse van de spinazie.



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be



WEEK 41
2016

Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

Gele rijst met curry van spinazie, tomaat en cashewnoten

Breng op smaak met kurkuma en verse gember

Deze curry garneer je met cashewnoten die je vaak tegenkomt in de Thaise keuken. De noten groeien aan de cashewboom, die goed groeit in Thailand. Door de curry met de noten te garneren krijgt het gerecht een lekkere bite. De kokosmelk en kokosrasp zorgen voor een romige smaak.

bewaar in de koelkast



20-25 min



supersimpel



eet binnen
5 dagen



vegetarisch



lactosevrij



glutenvrij



Spinazie



Ui



Knoflookteen



Verse gember



Tomaat



Pandanrijst



Kurkuma



Cashewnoten



Kokosrasp



Currykruiden



Kokosmelk

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Ui	½	1	1½	2	2½	3
Knoflookteen	1	2	2	3	3	4
Verse gember (cm)	1	2	3	4	5	6
Tomaat	1	2	3	4	5	6
Pandanrijst (g)	85	170	250	335	420	500
Kurkuma (tl)	½	1	1½	2	2½	3
Cashewnoten (g) 8) 19) 22)	20	40	60	80	100	120
Kokosrasp (g) 19) 22)	5	10	15	20	25	30
Currykruiden (tl)	1	2	3	4	5	6
Kokosmelk (ml)	50	100	150	200	250	300
Spinazie (g) 23)	150	300	400	500	600	700
Groentebouillon (ml)*	175	350	525	700	875	1050
Olijfolie (el)*	½	1	1	1	1½	1½
Zonnebloemolie (el)*	½	1	1	1	1½	1½
Peper & zout*	Naar smaak					

* Zelf toevoegen

Allergenen

8) Noten

Kan sporen bevatten van **19)** pinda's, **22)** (andere) noten en **23)** selderij.

Benodigdheden

Pan met deksel, wok of hapjespan

Voedingswaarden 699 kcal | 18 g eiwit | 82 g koolhydraten | 32 g vet, waarvan 14 g verzadigd | 8 g vezels



1 Bereid de bouillon. Snipper de ui en snijd of pers de knoflook fijn. Schil de gember en snijd fijn. Snijd de tomaat in blokjes.



2 Verhit de olijfolie in een pan met deksel en fruit de ui en gember 2 minuten op laag vuur. Voeg de rijst en kurkuma toe en bak al roerende 1 minuut. Voeg de bouillon toe en kook de rijst, afgedekt, in 10 - 12 minuten. Voeg eventueel wat extra water toe als de rijst te droog wordt. Laat daarna zonder deksel uitstomen.



3 Verhit een wok of hapjespan op middelhoog vuur en rooster de cashewnoten, zonder olie, goudbruin. Voeg na 1 minuut de kokosrasp toe. Haal daarna uit de pan en bewaar apart.

4 Laat de wok of hapjespan 2 minuten afkoelen. Verhit daarna de zonnebloemolie in de pan en fruit de knoflook 1 minuut op laag vuur. Voeg de tomaat en currykruiden toe en bak al roerende 4 minuten. Voeg de kokosmelk toe, breng op smaak met peper en zout en breng aan de kook.

5 Scheur de spinazie klein boven de wok of hapjespan, laat al roerende slinken en verwarm nog 1 - 2 minuten.

6 Verdeel de rijst en spinazie over de borden en garneer met de cashewnoten en kokosrasp.



Tip! Ben je benieuwd waarom je soms olijfolie gebruikt en dan weer zonnebloemolie? Kijk dan op onze blog.

De kokosmelk kan eventueel klonten vormen. Dit betekent niet dat de melk niet meer goed is. De klonten zijn de vetbestanddelen van de kokosmelk die voor een extra volle smaak zorgen.