



# OOSTERSE ANDIJVIECURRY MET SPIEGELEI

Met kokosmelk en pikante honingpinda's



## VARAS ROSÉ

Rosé en oosterse gerechten combineren vaak verrassend goed. Rosé verfrist en heeft toch voldoende kracht om tegenwicht te bieden aan de uitgesproken smaken.



Basmatirijst



Sjalot



Tomaat \*



Pikante honingpinda's



Kokosmelk



Kerriepoeder



Gemalen kurkuma



Gemalen kardemom



Andijvie \*



Sojasaus



Vrije-uitloepi \*

Totaal: 25-30 min.

Discovery

Gemakkelijk

Lactosevrij

Eet binnen 3 dagen

Andijvie kennen we natuurlijk van de stampot. Maar wist je dat je deze groente ook prima in andere gerechten kunt gebruiken? In een curry bijvoorbeeld. Om ervoor te zorgen dat je zo snel mogelijk van dit gerecht kunt genieten is de andijvie alvast gewassen en voorgesneden.

# BEGIN — GOED

## BENODIGDHEDEN

Pan met deksel, wok of hapjespan met deksel en koekenpan.

Laten we beginnen met het koken van de **oosterse andijviecurry met spiegelei**.



## 1 RIJST KOKEN

Kook 250 ml water per persoon in een pan met deksel en kook de **rijst**, afgedekt, 12 – 15 minuten. Giet daarna als het nodig is af en laat zonder deksel uitstomen.



## 2 VOORBEREIDEN

Snipper ondertussen de **sjalot**. Snijd de **tomaat** klein, hak de **honingpinda's** grof en roer de **kokosmelk** goed door (zie tip).

### ★ TIP

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



## 4 CURRY MAKEN

Voeg vervolgens de **kokosmelk** toe en breng op smaak met peper en zout. Kook de curry, afgedekt, 5 minuten op laag vuur. Voeg halverwege de **tomaat** en **andijvie** toe. Voeg in de laatste minuut de **sojasaus** toe.



## 5 SPIEGELEI BAKKEN

Verhit ondertussen de overige zonnebloemolie in een koekenpan en bak 1 of 2 **spiegeleieren** per persoon (zie tip). Breng op smaak met peper en zout.

### ★ TIP

Niet zo'n grote eter? Bak dan 1 spiegelei per persoon. Je ontvangt echter genoeg eitjes om er 2 te bakken!



## 3 SPECERIJEN FRUITEN

Verhit de helft van de zonnebloemolie in een wok of hapjespan met deksel en fruit de **sjalot** met het **kerriepoeder**, de **kurkuma** en **kardemom** 2 – 3 minuten op middelhoog vuur.



## 6 SERVEREN

Verdeel de **rijst** en **andijviecurry** over de borden. Besprenkel met ketjap en serveer met het **spiegelei**. Bestrooi met de **honingpinda's**.

# 1-6 PERSONEN — INGREDIËNTEN

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Basmatirijst (g)	85	170	250	335	420	500
Sjalot (st)	½	1	1½	2	2½	3
Tomaat (st) *	1	2	3	4	5	6
Pikante honingpinda's (g) 5) 22) 25)	15	30	45	60	75	90
Kokosmelk (ml)	100	150	200	250	300	350
Kerriepoeder (tl)	2	3	4	5	6	7
Gemalen kurkuma (tl)	1	2	3	4	5	6
Gemalen kardemom (tl)	1	2	3	4	5	6
Andijvie (g) 23) *	150	300	450	600	750	900
Sojasaus (ml) 1) 6)	5	10	15	20	25	30
Vrije-uitloopei (st) 3) *	2	4	6	8	10	12
Zonnebloemolie* (el)	1	2	2	2	3	3
Ketjap* (el)	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout*	naar smaak					

\* Zelf toevoegen | \* in de koelkast bewaren

VOEDINGSWAARDEN	PER PORTIE	PER 100 g
Energie (kJ/kcal)	3674 / 878	489 / 117
Vet totaal (g)	47	6
Waarvan verzadigd (g)	21,8	2,9
Koolhydraten (g)	85	11
Waarvan suikers (g)	14,5	1,9
Vezels (g)	7	1
Eiwit (g)	27	4
Zout (g)	2,3	0,3

## ALLERGENEN

1) Gluten 3) Eieren 5) Pinda's 6) Soja

Kan sporen bevatten van: 22) Noten 23) Selderij 25) Sesam

Wij horen graag wat jij van HelloFresh vindt. Bel of mail ons gerust of neem contact op via onze social-mediakanalen.

#HelloFresh

Een culinaire vraag tijdens het koken? Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232 (NL) of +32 0486 70 35 29 (BE).

www.hellofresh.nl  
www.hellofresh.be

WEEK 37 | 2017

HelloFRESH