

VEGAN CURRY

MET KOKOS, ZOETE AARDAPPEL, KIKKERERWTEN EN SPINAZIE

Ingrediënten voor 2 à 3 porties curry

- 4 kleine zoete aardappels (of 3 medium of 2 grote)
- pandanrijst voor 2 à 3 personen
- lepeltje kokosolie om in te bakken
- 1 ui
- 1 grote teen knoflook, geperst

Voor de currypasta: (kan ook een kant-en-klaar zakje gele curry doen)

- stukje gemberwortel van ongeveer 2 cm, in fijne blokjes
- halve theelepel gemalen komijnzaad
- 2 theelepels garam masala (die van Jonnie Boer is zonder toegevoegd zout)
- 2 theelepels kerriepoeder

- 1 blik tomatenblokjes op sap 400 gram
- 1 blik kokosmelk 400 ml
- 3 flinke handen verse spinazie (ongeveer 150 gram)
- 1 blik kikkererwten 400 gram
- flinke hand koriander, gescheurd
- sap van een halve limoen
- zout naar smaak
- optioneel ter garnering: klein handje grof gehakte cashewnoten per persoon

Bereiding

1. Schil eerst de zoete aardappels en snij in kleine blokjes, kook dit voor 10 minuten.
2. Kook de pandanrijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.
3. Snij de ui in blokjes. Laat de kokosolie warm worden op middelhoog vuur en fruit hier de ui in voor 5 minuten.
4. Voeg nu de knoflook, gember en alle kruiden en specerijen (behalve de koriander en het zout) toe en bak dit 1 minuut mee terwijl je blijft roeren.
5. Nu mag het blik tomatenblokjes er in z'n geheel bij, dit mag 2 minuten meebakken zodat de tomaten kunnen ontzuren (tomaten uit blik smaken soms een beetje zurig, door het meebakken haal je dit er uit, dat heet dus ontzuren).
6. Voeg nu de kokosmelk, de blokjes zoete aardappel, spinazie en kikkererwten toe. Zet het vuur iets hoger en laat dit inkoken tot de curry de juiste dikte heeft. Dit duurt bij mij ongeveer 20 minuten, maar is afhankelijk van de temperatuur van je (gas)fornuis. Niet vergeten af en toe in de pan te roeren.
7. Voeg tot slot het limoensap en de koriander toe. Proef dit en voeg naar smaak zout toe.

Serveer met de pandanrijst, cashewnoten, extra limoen en koriander.

