



# Groentecurry

Recept voor 4 tot 6 personen

## Ingrediënten

- ✕ 2 uien
- ✕ 2 tenen knoflook
- ✕ 1 rode peper
- ✕ 30 gr roomboter
- ✕ 2 el garam massala
- ✕ 1 blik tomatenblokjes (400 gr)
- ✕ 1 groentebouillonblokje
- ✕ 3 el gembersiroop
- ✕ 250 ml kookroom
- ✕ 100 ml water
- ✕ 800 gr groenten naar keuze, bijv.
  - (punt)paprika's
  - Sperziebonen
  - Courgette
  - Wortel
  - Prei
  - Broccoli
  - Bloemkool
- ✕ 300 gr rijst
- ✕ Naanbrood

## Bereiding

1. Snipper de ui, snij de knoflook en rode peper fijn
2. Maak de groenten schoon en snij in blokjes / roosjes / plakjes
3. Breng een grote pan water aan de kook met zout en blancheer de groenten die van te voren gegaard moeten worden zoals sperziebonen, broccoli, bloemkool zo'n 4 a 5 minuten in kokend water.
4. Giet de groenten af met behulp van een vergiet en spoel koud onder de kraan
5. Bereid de rijst en het naanbrood volgens de aanwijzingen op de verpakking
6. Verhit de boter in een grote hapspan en fruit daarin de ui, knoflook en rode peper zo'n vijf minuten totdat de uien beginnen te bruinen
7. Voeg de garam masala toe en bak 2 minuten mee op middelhoog vuur
8. Blus af met het water en de tomatenblokjes
9. Voeg het bouillonblokje, de gembersiroop en de kookroom toe en laat vijf minuten pruttelen op zacht vuur
10. Voeg de groenten toe die je nog niet hebt geblancheerd (bijv. paprika, courgette en prei) en laat dit 3 minuten meekoken
11. Voeg de geblancheerde groenten toe en schep regelmatig om totdat het gerecht door en door warm is.
12. Breng op smaak met zout en peper