



Thaise groene curry met broccoli en garnalen

Ingrediënten

- 500 g Schaaldieren, garnalen, rauw (niet eerder ingevroren)
- 300 g Rijst, wit, halfkorrelig, verrijkt, gekookt
- 8 g MAGGI KUB OR Bouillonblokjes 128 Gram Doos
- 1 Broccoli, rauw
- 2 Rode paprika
- 2 el Olie, sheanut
- 60 g SLIMME SOEP, Thaise Kokos Curry
- 400 ml Kokosmelk
- 0.5 Limoenen, rauw
- 5 tl Suikers, bruin
- 4 el Saus, vis, klaar om te serveren
- 15 g Verse Basilicum

Instructie

1. Laat de reuzegarnalen ontdooien indien bevroren. Verhit olie in een braadpan en fruit de currypasta op een laag vuur. Voeg voorzichtig 4 eetlepels van de bovenste room van de kokosmelk samen met het bouillonblokje toe en bak het geheel gedurende 3-4 minuten.
2. Breng een pan met water aan de kook, voeg een bouillonblokje toe en kook de rijst volgens de instructies op de verpakking.
3. Snijd de broccoli in kleinere roosjes en de paprika in reepjes. Bak deze samen in een hete wok voor 5-6 minuten, totdat de broccoli zo goed als gaar is.
4. Terwijl de currypasta suddert, boen je de limoen schoon, rasp je de groene schil (ongeveer 1 theelepel per halve citroen) en pers je het limoensap uit. Voeg basterdsuiker, vissaus, de rest van de kokosmelk en het limoensap en de gebakken groenten toe aan de pan. Laat alles nog 5 minuten zachtjes koken. Voeg de reuzegarnalen toe en kook ze mee gedurende 4-5 minuten, tot ze helemaal roze zijn.
5. Snijd de basilicum fijn. Bestrooi de curry voor het serveren met de limoenrasp en gehakte basilicum. Serveer de curry met reuzegarnalen.

Voedingswaarden tonen

18 Min

koolhydraten	33.53 g
Energie	493.28 kcal
vetten	26.34 g
Eiwit	30.71 g

4