

# MARLEY SPOON



## Thaise gele viscurry

met basmatirijst en courgette



ca. 20min



Voor 3-4 personen

Simpel, smaakvol, snel. Wat wil je nog meer als je een curry maakt? Dankzij de kruidige currypasta geef je in een mum van tijd een heerlijke smaak aan je maaltijd. De courgette, champignons en uien wentel je om in de heerlijke curry op basis van kokosmelk. Als laatste voeg je ook de visblokjes toe. Erbij eet je geurige basmatirijst, die perfect past bij deze licht pittige curry. Een kind kan de was doen!



### Wat je van ons krijgt

- 5g verse Thaise basilicum
- 300g basmatirijst
- 1 rode ui
- 2 tomaten
- 1 zakje gele currypasta
- 1x courgetteplakjes
- 1x champignonplakjes
- 1 pak kokosmelk
- 1 visblokjes: zalm, kabeljauw, victoriabaars & koolvis <sup>4</sup>

### Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

### Kookgerei

- zeef
- maatbeker
- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan of wok met deksel

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

### Allergenen

vis (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

### Voedingswaarde per portie

calorieën 768.0kcal, vet 37.8g, eiwit 34.3g, koolhydraten 67.0g



#### 1. Thaise basilicum snijden

Breng 600ml water met een snuf zout in een middelgrote kookpan aan de kook. Pluk de **Thaise basilicumblaadjes** en hak de **steeltjes** fijn.



#### 2. Rijst koken

Was de **basmatirijst** in een zeef totdat het water helder is. Voeg de **rijst** toe zodra het water kookt en breng het geheel aan de kook. Doe de deksel op de pan en kook de **rijst** op laag vuur in 10-12min beetgaar. Neem van het vuur en laat de **rijst** afgedekt tot aan het serveren rusten.



#### 3. Groenten snijden

Halveer, pel en snijd de **ui** in dunne, halve ringen. Snijd de **tomaten** in partjes.



#### 4. Groenten bakken

Verhit 1el olie in een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur en bak de **helft van de currypasta** 30sec. Voeg de **courgette, ui, champignons** en **Thaise basilicumsteeltjes** toe. Bak al roerend 2min. Schud het pak **kokosmelk** en schenk de **melk** in de pan. Dek met een deksel af en kook op middellaag vuur ca. 5min. Voeg evt. water toe als de **curry** te dik is.



#### 5. Vis toevoegen

Voeg de **visblokjes** en de **tomaat** aan de pan met **curry** toe en roer voorzichtig door. De **sous** moet de **vis** omhullen. Doe de deksel terug op de pan en stoof zo 3-4min tot de **vis** gaar is.



#### 6. Basilicum toevoegen

Proef de **curry** en breng hem op smaak met peper en zout en roer voorzichtig de **Thaise basilicumblaadjes** erdoor. Serveer de **viscurry** met de **rijst**.

Vragen over de bereiding of over het recept? Deine Koch-Hotline: **030 - 808 04 52**

Geprint op 100% gerecycled papier • Bekijk de receptkaart online in je account op [www.marleyspoon.nl](http://www.marleyspoon.nl)     **#marleyspooning**