



Curry met champignons - Dhansak dengan jamur

2 personen

⌚ 45 minuten

Dit heb je nodig:

- 🍴 50 g rode linzen
- 🍴 1 ui - gesnipperd
- 🍴 200 g tomatenblokjes uit blik
- 🍴 ½ tl kurkumapoeder (koenjit)
- 🍴 ½ tl zout
- 🍴 1 el zonnebloemolie
- 🍴 250 g kastanjechampignons - gehalveerd
- 🍴 1 tl komijnpoeder (djinten)
- 🍴 ¾ tl korianderpoeder (ketumbar)
- 🍴 2 kardemompeulen – gebroken (kapulaga)
- 🍴 ½ el geraspte gember (djahe)
- 🍴 2 teentjes knoflook, geperst (bawang putih)
- 🍴 ½ rode peper, zaadlijst verwijderd & fijngesneden
- 🍴 ½ bosje verse koriander - grof gehakt
- 🍴 1 el yoghurt

om te serveren

- 🍴 basmatirijst
- 🍴 naanbrood

Zo maak je het:

1. Doe de linzen, de ui, de tomatenblokjes, het kurkumapoeder en ½ tl zout in een pan.
2. Giet er water bij tot de groenten ca. 2 cm onder staan.
3. Breng het geheel zachtjes aan de kook en laat ca. 20 minuten doorkoken tot de linzen gaar en zacht zijn.
4. Verhit de zonnebloemolie in een koekenpan en bak er de champignons in tot ze goudbruin zijn en het vocht uit de pan hebben opgenomen.
5. Voeg het komijnpoeder, het korianderpoeder en de kardemompeulen toe en bak ca. 2 minuten.
6. Voeg de gember, de knoflook en de rode peper toe en bak nog een paar minuten verder.
7. Voeg het linzenmengsel en 100 ml water toe aan de champignons en breng aan de kook.
8. Zet het vuur laag en kook ca. 20 minuten zachtjes door.
9. Roer de koriander en de yoghurt erdoorheen.
10. Serveer met de basmatirijst en het naanbrood.

BRON: foodies.nl



Selamat makan