

## Bloemkoolcurry

### Week 12

Menugang: Hoofdgerecht  
Benodigde tijd: 30 min  
Aantal personen: 2 personen

### Ingrediënten (2 personen)

- 1 cm verse gember
- 1 blik tomaten
- ½ bakje kastanje champignons
- ½ verse bloemkool in roosjes
- klein handje verse koriander
- 1 eetlepel tomatenpuree
- 2 theelepels garam masala
- 2 theelepels korianderpoeder
- 1 theelepel kurkuma
- 3 theelepels zout
- limoensap (extra optie)
- 2 eetlepels zonnebloemolie
- ½ - 1 pakje kokosmelk (hoeveel)

### Bereidingswijze

1. Snijd de gember fijn.
2. Doe in de pan bij de olie.
3. Smoor de gember even aan.
4. Voeg de tomaten toe en laat dit even pruttelen.
5. Doe de garam masala, koriander poeder en kurkuma erbij.
6. Snijd de champignons in schijfjes en voeg ze toe aan de tomaten.
7. Kook water in een waterkoker en doe dit in een apart pannetje.
8. Kook de bloemkoolroosjes daar 3 minuten in voor tot ze beetgaar zijn.
9. Giet af en voeg zodra de champignons gaar zijn toe.
10. Meng alles goed door, proef, en voeg zout en eventueel extra specerijen toe. Nu kan de kokosmelk erbij.
11. Eet deze bloemkoolcurry met een heerlijke (zelfgemaakte) chutney.

12. Strooi de verse koriander erover en knijp er eventueel wat vers limoensap op.

### Serveertip:

Serveer met rijst en (zelfgemaakte) chutney.

### Variatie-tips:

- Vegan is compleet door er linzen of kikkererwten aan toe te voegen.
- Liever geen vegan? Kip of witvis combineren heel goed in dit gerecht.



*Dit recept is ingestuurd door Lie Hoogenberk.*