

INDIASE POMPOENCURRY MET CASHEWNOTEN

Land: Indiaas

Maaltijd: Hoofdgerecht

Porties: 2 personen

Bereidingstijd: 30 min. + 15 min. wachttijd

INGREDIËNTEN VOOR 2 PERSONEN

- 1 flespompoe
- 1 grote ui
- 3 teentjes knoflook
- 2 cm verse gember
- 1 tl komijnzaad
- 1 tl nigellazaad
- 1/2 tl venkelzaad
- 1/2 tl fenegriekzaad (evt. te vervangen door extra komijnzaad)
- 1 tl mosterdzaad
- 1/2 tl chilipoeder
- 1/2 blik tomatenblokjes
- 1/2 blik kokosmelk
- 50 gram cashewnoten
- 1 limoen (citroen kan ook)

WAT GA JE DOEN

Verwarm de oven voor op 200°C.

Snijd de flespompoe in kwarten en verwijder draden en pitten. Snijd vervolgens in blokjes van ongeveer 2x2 cm. Leg op een bakplaat en besprenkel met wat (olijf)olie. Bak de pompoenstukjes een half uur in de oven.

Na een kwartiertje begin je vast aan de rest van de curry. Snijd de ui in halve ringen. Verhit een beetje olie in een wok of hapjespan en bak hierin de uienringen in ongeveer 10 minuten bruin. Hak ondertussen de knoflook en gember fijn. Vijzel het venkelzaad, fenegriekzaad en komijnzaad grof in een vijzel of gebruik het specerijenmolentje van de keukenmachine. Grof gevijzeld is genoeg, het hoeft geen superfijn poeder te worden. Voeg de knoflook en gember toe aan de uien en bak 2 minuten mee. Voeg dan alle specerijen toe en bak nog 2 minuten. Nu mogen de gare pompoenblokjes erbij, net als de tomatenblokjes en de kokosmelk. Laat ongeveer 5 minuten

pruttelen. Breng op smaak met peper en zout.

Hak ondertussen de cashewnoten grof. Bestrooi de pompoencurry met de cashewnoten en serveer. Lekker met (bij voorkeur) partjes limoen, maar citroen kan ook.