



GROENTECURRY MET COUSCOUS

@food.inmotion

INGREDIËNTEN

(2 PERSONEN):

- 200 gram kippenblokjes, rauw
- 2 eetlepels olijfolie
- 1 sjalot
- 1 teentje knoflook
- 1 courgette
- 250 gram champignons
- 100 gram couscous, volkoren (droog gewogen)
- 1/2 groentebouillonblokje
- 100 ml kokosmelk light
- 1 koffielepel kurkuma
- 1 koffielepel komijn
- 1/2 koffielepel currypoeder
- Cayennepeper naar smaak

BEREIDINGSTIJD

- Voorbereidingstijd: 10 minuten
- Totale bereidingstijd: 25 minuten

BEREIDINGSWIJZE

01

Verhit 1 eetlepel olijfolie in een pan en bak de kip gaar. Kruid met peper en zout.

02

Maak de groenten schoon en snij fijn.

03

Verhit de olijfolie en fruit de sjalot en geperste knoflook aan. Voeg de kruiden toe en laat op laag vuurtje verder fruiten.

04

Voeg de courgette en champignons toe en laat onder een deksel garen. Voeg eventueel een beetje water toe om aanbakken te voorkomen.

05

Breng een pot met water aan de kook en los het bouillonblokje op. Voeg de couscous toe eens het water kookt en roer goed.

06

Voeg aan de groenten kokosmelk toe en laat nog even sudderen. Serveer de groenten met de couscous en kip.