

Lunch



De Groene
Artisanen

GREEN FOOD CATERING



voor ± 2 personen



VEGETARISCHE KIP TIKKA MASALA MET BASMATIRIJST

400 gr biologische tomatenblokjes	1 theelepel kurkuma poeder
200 gr vegetarische kipstukjes	1 theelepel gember poeder
100 gr biologische basmati rijst	1 theelepel paprika poeder
4 eetlepels biologische Griekse yoghurt	een handje verse koriander
1 biologische groene peper	1 eetlepel kokosolie
1 biologisch teentje knoflook	vers gemalen peper en zout
1 theelepel kerrie masala poeder	

BEREIDING

Kook de rijst zoals aangegeven op de verpakking. Snij de knoflook en de groene peper heel fijn. Verwarm de kokosolie in een hapjespan en fruit de peper en de knoflook kort aan. Doe de kipstukjes erbij en bak aan beide kanten goudbruin. Doe de yoghurt, de kerrie masala-, de kurkuma-, de gember- en paprikapoeder in een schaalteje roer dit goed door elkaar. Voeg dit aan de kipstukjes toe en bak kort mee. Voeg dan de tomatenblokjes toe. Roer het door elkaar en laat 5 minuten sudderen. Snij de koriander grof en doe dit in een schaalteje. Serveer de vega kip tikka masala met de rijst en koriander.