



Bloemkoolrijst met curry en ei



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

4 eieren (vrije uitloop large, Alvo)
1 bloemkool (in roosjes gesneden)
3 eetlepels sesamolie
300 gram butternut (Ardo)
3 eetlepels currypasta (geel)
400 ml kokosmelk

Bereidingswijze

- 1.** Kook de eieren hard. Laat schrikken onder koud water. Pel en halveer in de lengte.
- 2.** Maal de bloemkoolroosjes in een blender tot ze de textuur van couscous hebben.
- 3.** Verhit de helft van de sesamolie in een wokpan en roerbak de pompoen.
- 4.** Voeg de currypasta en de kokosmelk toe en verwarm gedurende 3 minuten.
- 5.** Verhit de rest van de sesamolie in een pan en roerbak de bloemkoolcouscous op middelhoog vuur.
- 6.** Serveer de bloemkoolrijst met de groenten en de eieren in 4 diepe borden.