

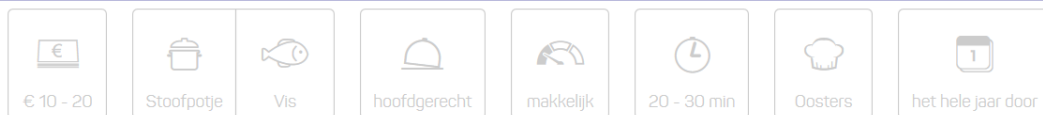
## Ingrediënten

- 1 el groene currypasta
- 1 tl currypoeder
- 0,5 kl sesamolie
- 1 groene appel, geschild in blokjes
- 1 gele appel, geschild in blokjes
- 1 onrijpe banaan, in stukjes
- 1 courgette
- 1 ui, fijngesnipperd
- 250 ml groente- of kippenbouillon
- 50 ml Kikkoman sojasaus
- 500 ml kokosmelk
- 1 el maïzena
- 500 g stevige witte vis
- 4 naanbroodjes
- 1 handje fijngehakte peterselie
- 1 handje jonge spinazie



Yoghurtsausjes Dominique Persoone (1134)

- 250 g Griekse yoghurt
- 1 el Kikkoman sojasaus
- 1 el honing



## Recept

Bak in een droge pan de groene currypasta samen met het currypoeder gedurende een paar minuutjes om de aroma's vrij te laten komen. Voeg vervolgens de sesamolie, fijngesnipperde ui, blokjes appel, blokjes courgette en stukjes banaan toe. Roerbak de ingrediënten gedurende enkele minuten en bevochtig ze vervolgens met de bouillon, een scheutje sojasaus en de kokosmelk. Laat enkele minuutjes sudderen tot de ingrediënten beetgaar zijn, roer er nog een eetlepel maïzena onder.

Meng de Griekse yoghurt met de sojasaus en de honing. Snijd de vis in dobbelsteentjes en laat ze gedurende een vijftal minuutjes garen in de saus. Warm de naanbroodjes op. Roer net voor het serveren de fijngehakte peterselie en de spinazieblaadjes onder de curry.

Serveer de groene curry met de naanbroodjes en het yoghurtsausje.

## Bron



<https://njam.tv/recepten/groene-viscurry-met-naanbrood>

---

## Info Martine Lycke 10/10/2019

Snijden in blokjes (1)

- 1 ui
- 1 golden appel
- 1 granny smith appel
- 1 courgette

Groene currypasta en curry aanstoven

0.5 kl sesamololie toevoegen

In volgorde toevoegen (1)

en 1 groene banaan in schijfjes

Enkele minuten roerbakken

1 blikje kokosmelk toevoegen

Scheutje sojasaus

1 kl kippenbouillonpasta

De saus was lopend genoeg, dus geen water meer toegevoegd

En ook geen maïzena gebruikt.

Op het einde wat spinazie toegevoegd

Opgediend met rijst en gebakken zalm.

Rest van de groenten terug opgewarmd en de rest van de spinaziezak toegevoegd om te laten slinken

- > vriezer

---

Fotos

