



Groentecurry

1. Verhit het mosterdzaad in een droge pan tot het begint te poffen (hou het deksel op de pan!). Voeg olie en uien toe en fruit deze al roerend glazig. Voeg de currypasta toe tot deze geurig wordt.
2. Roer op laag vuur de tomaat en kokosmelk door de pasta. Voeg de wortelschijfjes en de koolrabi toe en laat dit zonder deksel 5 minuten zacht koken.
3. Voeg de rest van de ingrediënten toe. Laat het gerecht zonder deksel 10-12 minuten zacht koken. Lekker met rijst.

Dit heb je nodig

- Voor 4 personen:
- 1 el mosterdzaad
 - Olie om te bakken
 - 1 flinke ui, gesnipperd
 - 4 el. milde currypasta
 - 400 gr. Tomatenblokjes
 - 3 dl kokosmelk
 - 2 wortels, in plakjes
 - 1 koolrabi, in blokjes
 - 225 gr. sperziebonen, gehalveerd
 - 100 gr. champignons, gehalveerd