



Voorgerecht

Afrikaanse groentesoep met kokos

Bereidingstijd: 20-30 minuten

Ingrediënten voor 4 personen

1 theelepel boter,
1/2 rode ui, fijngesneden,
zout naar smaak,
175 gram koolrabi, in blokjes,
175 gram zoete aardappel, in blokjes,
175 gram pompoen, in blokjes,
1 theelepel majoraan,
1/2 theelepel gemberpoeder,
1/4 theelepel kaneelpoeder,
1 eetlepel bosuitjes, fijngesneden,
versgemalen peper, naar smaak,
1 liter groentebouillon
2 eetlepel amandelsnippers,
1 rode Spaanse peper, ontdaan van de zadjes en fijngesneden,
1 theelepel suiker,
25 gram santen, geraspt,
korianderblad en citroengras, fijngesneden

Bereidingswijze

Smelt de boter in een ruime pan met dikke bodem. Fruit de ui met zout een minuut of 4 en voeg vervolgens de groenten toe. Bak het geheel nog 3 tot 4 minuten.

Voeg vervolgens de majoraan, gember, kaneel, bosuitjes en peper toe. Goed doorroeren en nog 10 minuten boven een lage vlam stoven.

Voeg de bouillon, amandelsnippers, Spaanse peper en suiker toe. Breng de soep aan de kook en laat hem nog een minuut of 10 tot 15 zachtjes sudderen tot de groenten gaar zijn.

Voeg de geraspte santen en verse koriander en citroengras aan de soep toe en roer het goed door. Opdiene.



Hoofdgerecht

Afrikaanse currykip

Bereidingstijd: langer dan 2 uur

Ingrediënten voor 8 personen

Kipfilet, (borst zonder been) 2 p.p., 6 (niet te kleine) aardappelen, 6 uien, 6 tomaten, 1 komkommer, 8 eieren, 2 koppen rijst, 2 appels, 4 bananen, 1 kop rozijnen, 1 kop pistache noten, 1/2 kop gemalen kokos, mangochutney, tomaten chutney (zie recept onder), tomatenpuree, 2 el kerrie/mild, 1 el kerrie/hot, scherp, maïzena, peper, zout en olijfolie.

Hulpmiddelen

De clou van dit recept is dat je laagjes vormt op je bord van heet, koud, en heet, beginnend met het ei in het midden van het bord, daarom heen de gebakken ui, tomaat, banaan en de rijst. 2e laag rauwe/verse schijfjes ui, blokjes tomaat, banaan, appel en komkommer en chutney, strooi hierover rozijnen, pistache en kokos en als laatste over het geheel de currykip met aardappel.

Vorbereiding

Snijd de kip filet in niet te kleine stukken, de geschilde aardappelen halveren of bij erg grote aardappelen in kwart, 2 uien in kleine stukjes en 4 uien in dunnen schijfjes, 3 gepelde tomaten in schijven, 3 gepelde tomaten in kleine stukjes, 2 bananen in dunne schijfjes, 2 bananen in blokjes, komkommer in kleine stukjes, appels in kleine stukjes,

Bereidingswijze

De stukken kip peperen en zouten en aanbraden in een flinke diepe pan met olie, 2 in stukjes gesneden uien toevoegen, bruineren en water toevoegen tot de kip onder staat, kerrie mild en hot toevoegen en 1 el tomaten puree (geconcentreerd) zodra het aan de kook komt vuur temperen, gedurende 2,5 uur op een klein pitje laten garen, De aardappelen na 1,5 uur toevoegen. Op het einde binden met wat maïzena.

Intussen de eieren hard koken en pellen, de schijven ui, de schijven tomaat, alsmede de schijfjes banaan bakken (elk apart en uit laten lekken op keukenpapier) rijst koken.

(Deze ingrediënten voor het opdienen opwarmen in de magnetron.)

Serveertips

Het beste is dit gerecht als een buffet te serveren waar alle schaaltes keurig in volgorde staan, beginnend met de eieren en eindigend met de currykip. Daarnaast kan men naar eigen smaak een selectie van ingrediënten, zoals chutney, kokos, rozijnen, etc. over het geheel strooien. Een heel aparte maaltijd door de combinatie heet/koud en vooral de geur van de kerrie doet je watertanden



Nagerecht

Mangosneeuw

Een heerlijk en makkelijk nagerecht! .Als je Mango op siroop uit blik gebruikt, wordt de zoete smaak enigszins gecompenseerd door de yoghurt of creme fraiche. Verse mangos zijn friszuur van smaak. Dit nagerecht zal beslist niet misstaan bij dinétje. Het kan makkelijk een dag van te voren worden klaargemaakt, zet het dan afgedekt in de koelkast en doe het op de dag zelf in glazen. Net voor het opdienen strooi je er dan wat kaneelpoeder over.

Bereidingstijd:0-10 minuten

Ingrediënten voor 4 personen

- 400 g Mango uit blik, (op het blik staat 425 g , uitgelekt.gewicht 245 g)
- of 1 grote verse mango,geschild en in kleine stukjes gesneden.
- 165 ml yoghurt of creme fraiche, keuze naar eigen smaak
- 1/4 theelepel kaneel, ter garnering
- Honing naar smaak (hoeveelheid is sterk afhankelijk van het gebruik van verse mango of mango uit blik)
- Eventueel een flinke scheut ongezoete room
- Wat muntblaadjes voor garnering (niet noodzakelijk)
- De bereidingstijd is gebaseerd op Mango uit blik en je moet rekening houden met tenminste 1 uur in de koelkast

Vorbereiding

- Schep de stukjes mango in een kom en pureer ze met de staafmixer of blender

Bereidingswijze

- Voeg de yoghurt of creme fraiche, en honing toe en roer alles tot een gladde puree
- Zet de schaaltes/ glazen tot gebruik in de koelkast, gedurende minstens 1 uur voor het beste resultaat

Serveertips

- Dien het gerecht op bestrooid met wat kaneel
- Eventueel garneren met een toefje slagroom en een blaadje munt