

Ingrediënten voor 2 personen

260 g kalkoenfilet**½** ananas**80 g** rijst**250 g** peultjes**handje** basilicum (blaadjes)**250 g** magere yoghurt**1 kl** honing**½ el** kerriepoeder

komijnpoeder

chilivlokken

1 kl olie

peper en zout

Kalkoen-ananascurry met rijst

DUUR: 🕒 | BUDGET: € € | MOEILIKHEID: 👨🍳

1 Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking. Schil de ananas, snij in kwarten, verwijder de harde kern en snij in blokjes. Spoel de peultjes en snij ze in stukjes.

2 Verhit de olie in een pan en bak de kalkoen 3 minuten. Voeg de ananas en peultjes toe en bak kort mee.

3 Blus met de yoghurt, roer de honing erdoor en breng op smaak met peper, zout, kerriepoeder en komijn .

4 Spoel het basilicum. Werk de curry af met de verse basilicumblaadjes en de chilivlokken naar smaak. Serveer meteen.