

Zoete aardappelschotel

Ingrediënten

400 gram sperziebonen
800 gram zoete aardappelen
200 gram doperwten
1 ui
2 theelepels kerriepoeder
2 theelepels paprikapoeder
1 paprika
1 rode peper
400 ml kokosmelk
olijfolie

Bereiding

Schil de zoete aardappel en snij in kleine stukjes. Snipper de ui en snij de paprika en rode peper in stukjes. Giet een scheutje olijfolie in een pan en bak de ui en rode peper aan. Voeg na een paar minuten de kerrie en paprikapoeder toe. Voeg na ongeveer een minuut de sperziebonen, zoete aardappel, paprika en doperwten toe. Even goed mengen en dan kun je ook de kokosmelk toevoegen. Laat ongeveer 20 minuten stoven met de deksel op de pan, zodat de groenten mooi zacht worden.

Maak de rijst klaar zoals aangegeven op de verpakking.

Serveer couscous samen met de zoete aardappel schotel.

Eet smakelijk!

Onze *inspiratie*: Lekker en Simpel, Jorrit van Daalen Buissant Des Amorie
Kleinlangevelsloo – Biologisch made easy!

Biologische
Boerderijwinkel