

Solid Stash



INDISCH ETENTJE VOOR 2-3 PERSONEN: TIPS, INSTRUCTIES & INFO

1. TIPS OM NOG MEER TIJD TE BESPAREN (optioneel)

12u op voorhand	Je kan de volgende gerechten alvast op voorhand in de koelkast zetten om te ontdooien en nog meer tijd te besparen: <ul style="list-style-type: none">• Aubergine Curry• Coconut Dhal• <i>Tip: om lekkage in je koelkast te voorkomen, zorg ervoor dat je de dhal & curry uit de originele verpakking haalt en in de kookpot/magnetronschaal legt waarin je ze later gaat opwarmen!</i>• Tamarind chutney (= het kleine potje in het zakje van de Samosa's)• Pilaf Rice
2u op voorhand	<ul style="list-style-type: none">• Bak de samosa's voor in een voorverwarde oven op 180 graden gedurende 15-20 minuten, op een met bakpapier beklede ovenplaat.• Laat afkoelen.
1u op voorhand	<ul style="list-style-type: none">• <i>Optioneel: bereid je eigen bijgerechtjes voor bij het hoofdgerecht (Zie onze suggesties hieronder bij "HOOFDGERECHT")</i>

2. BEREIDINGS INSTRUCTIES BIJ ELK GERECHT (vanuit bevroren toestand)

VOORGERECHT: SAMOSA'S & CHUTNEY

	Bereidingstijd	20-40 min
	Benodigheden	Oven (180 graden) & bakpapier

SAMOSA'S VAN KRUIDIGE AARDAPPELEN EN ERWTJES

Rechstreeks in de oven bereiden, vanuit bevroren toestand. Niet geschikt voor de magnetron. Verwarm de oven voor (180°C hetelucht of 190°C conventionele oven). Plaats het gewenste aantal samosa's (op bakpapier) op een ovenrooster en plaats in het midden van de hete oven. Controleer na 20 minuten of de hapjes goudbruin en heet zijn (afhankelijk van de oven kan dit tot wel 30-40 minuten duren). Laat 5 minuten afkoelen voordat u het serveert. *Enjoy!*

Als je de samosa's al eerder hebt voorgebakken (zoals beschreven bij de "tips" hierboven), plaats ze dan nog eens 5-10 minuutjes in de hete oven om door te warmen vlak voordat je ze serveert!

TAMARINDE CHUTNEY

Plaats het potje chutney een paar uur van tevoren in de koelkast om te ontdooien. Als het allemaal wat sneller moet gaan: doe de chutney in een magnetronbestendig kommetje en verwarm een paar seconden op laag vermogen. Roer en herhaal tot de chutney gesmolten is en op kamertemperatuur is. Serveer als dip bij de warme samosa's (... en bij het hoofdgerecht, in het geval je nog wat over hebt!)

HOOFDGERECHT: CURRY, DHAL, PARATHA'S & RIJST (+ je eigen extra bijgerechtjes, indien gewenst)

	Bereidingstijd	15-25 min
	Benodigheden	Kookvuur + koekenpan met anti-aanbaklaag & kookpotten + magnetron/oven

HOOFDGERECHTEN: CURRY VAN GEROOSTERDE AUBERGINE EN BLOEMKOOL + KOKOSDHAL MET ZOETE AARDAPPEL EN SPINAZIE

Haal beide gerechten uit hun verpakking en plaats de bevroren Solid Stash in twee aparte kookpotten/magnetronschaalen. Voeg 1-2 eetlepels water toe aan de curry en 2-3 eetlepels water aan de dhal. Bedek beide gerechten en verwarm zachtjes op het fornuis (middelhoog vuur, 10-15 minuten) of in de magnetron (5-10 minuten), vaak voorzichtig roerend, tot het geheel gloeiend heet is. Serveer onmiddellijk.

BIJGERECHT 1: VERSLAVENDE PARATHA FLATBREADS

Haal het pakje uit de vriezer (niet van tevoren ontdooien). Trek beide zijden van het plastic vel los en plaats de paratha in een (voorverwarde!) pan met antiaanbaklaag. Je hoeft geen olie toe te voegen. Bak elke kant op middelhoog vuur gedurende 2 minuten of tot de paratha goudbruin is. Warm opdienen.

BIJGERECHT 2: PILAF RIJST

Breng de bevroren rijst over naar een magnetronbestendige kom, besprenkel met ongeveer een eetlepel water, en dek af. Verwarm in de magnetron op middelhoog vermogen. Roer elke 1.5-3 minuten tot het geheel gloeiend heet is. (Of in de oven: doe de rijst in een ovenvaste kom, besprenkel met een eetlepel water en dek af. Zet in een voorverwarde oven van 160-180 graden gedurende ongeveer 35-45 minuten, of tot het geheel gloeiend heet is.)

ALS JE ZIN HEBT VOOR WAT EXTRA "FINISHING TOUCHES" ... (totaal optioneel!)

- Bereid een eenvoudige, kleurrijke Indiase salade ("Kachumber"): snijd 2 rijpe tomaten, ½ komkommer en ½ rode ui in fijne blokjes. Voeg naar smaak gehakte verse koriander en eventueel groene chili toe. Besprenkel met vers limoen-/citroensap, een genereuze snuf zout en als je wilt ook wat olijfolie van goede kwaliteit. Serveer als extra bijgerecht bij je Solid Stash Indisch Etentje.
- Zet een schaaltje met je favoriete (plantaardige) yoghurt op tafel als zijdezacht, koud contrast met de curry en dhal. (Wij zijn fan van een op kokosnoot gebaseerde, niet-gezoete plantaardige yoghurt bij ons Indisch etentje – veel supermarkten hebben dit nu zelfs in hun eigen huismerk!)
- Andere lekkere, kleurrijke accenten die je aan je eettafel kunt toevoegen om het feest nog extra speciaal te maken:
 - Als je er zin in hebt, kun je dat verkoelende schaaltje plantaardige yoghurt upgraden naar een echte Indiase "raita" door wat verse knoflook, gember, koriander, munt, limoen, komkommer & wat kruiden toe te voegen. Hier is een goed recept: bbgoodfood.com/recipes/raita/
 - Partjes limoen
 - Een kommetje vers gesneden koriander
 - Crispy gebakken uitjes
 - Fijngesneden verse chilli

Solid Stash

INDISCH ETENTJE VOOR 2-3 PERSONEN: TIPS, INSTRUCTIES & INFO

Allergens & other important information

Gerecht:	Vrij van:	Bevat de volgende <u>allergenen</u> : <i>(maar kan sporen bevatten van alle allergenen!)</i>
Samosa's	Vegan. Plantaardig. Vrij van lactose. Vrij van soja. Vrij van noten. Vrij van alcohol.	Gluten & mosterd.
Chutney	Vegan. Plantaardig. Vrij van gluten. Vrij van lactose. Vrij van soja. Vrij van noten. Vrij van alcohol.	/
Curry	Vegan. Plantaardig. Vrij van gluten. Vrij van lactose. Vrij van soja. Vrij van noten. Vrij van alcohol.	Mosterd.
Dhal	Vegan. Plantaardig. Vrij van gluten. Vrij van lactose. Vrij van soja. Vrij van noten. Vrij van alcohol.	/
Paratha flatbreads	Vegan. Plantaardig. Vrij van lactose. Vrij van soja. Vrij van noten. Vrij van alcohol.	Gluten.
Pilaf rijst	Vegan. Plantaardig. Vrij van gluten. Vrij van lactose. Vrij van soja. Vrij van noten. Vrij van alcohol.	/

INDISCH ETENTJE

Voorgerecht

samosa's van kruidige aardappelen en erwtes
tamarinde chutney

Sharing Hoofdgerecht

curry van geroosterde aubergine en bloemkool
kokosdhal met zoete aardappel en spinazie

Bijgerechten

verslavende paratha flatbreads
pilaf rijst

solid stash

