

# Jukebox Diner

## Recept van week 22

Ingezonden door: DJ Jootje

### Indiase vis curry:

#### Ingrediënten voor 4 personen

600 g witte vis moten

1 t zout

2 t korianderpoeder

3/4 t chilipoeder

1 t kurkuma (geelwortel)

250 ml yoghurt

1/4 t mosterdzaad

1 e knoflook-gemberpasta (dit verkrijgt jij door knoflook en gember in een keukenmachine met beetje water fijn te maken)

1/2 ui in halve ringen

4 e mosterdolie of zonnebloemolie

verse koriander, fijn (voor garnering)



#### Bereidingswijze

1. Bak uien in olie op middelhoog vuur tot de uien gekarameliseerd zijn (mooi bruin gebakken maar niet verbrand).
2. Haal uien uit olie en pureer uien met yoghurt in keukenmachine.
3. Doen mosterdzaad in warme olie en zodra ze beginnen te springen voeg jij de koriander, chili en geelwortel erbij.
4. Roer even door en voeg knoflook-gember puree erbij en bak verder voor 1 min.
5. Voeg water bij mengsel en kook voor 5 min.
6. Zodra alle water is verdamppt en er een olie laag ontstaan in specerijen, voeg jij de yoghurt en uien mengsel erbij.
7. Kook tot alle vocht is verdamppt ui yoghurt en een dikke mengsel ontstaan en de olie is gescheiden van de masala.
8. Doen stukken vis bij masala en bak even aan beide kanten tot vis is bedek met masala.
9. Voeg 1 kop water bij vis en met deksel op pan, kook jij de vis op zacht vuur tot gaar, maar nog niet uit elkaar vallen.
10. Garneer met koriander.

#### Serveertips

Lekker met rijst.

Recepten kunt u inzenden voor iedere donderdag naar [info@promootje.nl](mailto:info@promootje.nl)