

Recept

Kerrierijst met bloemkool en eieren

Benodigheden

- ✓ 250g rijst
- ✓ 500g bloemkool
- ✓ 4 eieren
- ✓ 60g boter
- ✓ 35g bloem
- ✓ 1dl koffieroom
- ✓ 1 eidooier
- ✓ zout en peper
- ✓ 2 eetlepels kerriepoeder
- ✓ 3 eetlepels paneermeel



Bereiding

Kook de rijst volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking gaar en droog. Maak de bloemkool schoon en verdeel deze in roosjes. Kook de bloemkoolroosjes in een pan met een ruim water en zout in ongeveer 10 minuten beetgaar. Laat dan de bloemkoolroosjes uitlekken en vang 3 deciliter van het kookvocht op. Breng in een pan water aan de kook en kook hierin de eieren 10 minuten. Laat ze dan schrikken onder de koude kraan, pel ze en snijd ze in plakjes. Vet een ovenschaal in. Roer 1 eetlepel van het kerriepoeder door de rijst en schep de rijst in de ovenschaal. Verdeel hier de bloemkoolroosjes over en dek het af met plakjes ei. Verhit 35 gram van de boter in een pan en roer er de bloem en de rest van het kerriepoeder door. Giet beetje voor beetje het kookvocht van de bloemkool erbij en blijf roeren tot er een gebonden saus ontstaat. Roer er dan de koffieroom door. Haal de pan van de hittebron en roer de eidooier door de saus. Breng de saus op smaak met wat peper en zout. Giet de saus over de inhoud van de ovenschaal, strooi het paneermeel erover en leg hier en daar een klontje boter. Zet de schaal 25 minuten in een voorverwarmde oven van 200 graden. Lekker met kip en/of een tomatensalade.

U kunt dit recept tevens vinden in de Vol Smaak flyer van week 7

EET SMAKELIJK!

