



Gamba stoofschotel met Koriander

Het volgende gerecht is een pláátje qua smaak. Van oorsprong komt het gerecht uit het Oosten van India.

Garnalen zijn de populairste schaal- en schelpdieren in Bengalen.

Dit gerecht wordt op de traditionele manier (met room of kokosroom) klaargemaakt. De smaak is vol en rijk, dus het lekkerste is het met gewone witte rijst en groente of met een salade met een wat zachtere smaak. Het gerecht is simpel en snel klaar.

Nodig (4 personen)

- ca 12 gepelde en gekookte gamba's (of hele grote garnalen). Bevroren gamba's éérst even ontdooien en een paar minuutjes koken.
- 3 eetlepels yoghurt
- 1 theelepel paprika poeder
- 1/4 theelepel kurkuma poeder
- 1 theelepel 'Garam Masala' specerijen mix
- 1 eetlepel tomaten puree
- 4 eetlepels kokosmelk
- 2 eetlepels verse koriander steeltjes (fijngeknipt)
- 1.5 dl water
- schepje sambal of chili peper naar smaak
- 1 eetlepel olie
- 1 geperste knoflookteen
- 1 theelepel geraspte verse gember
- 1/2 theelepel kaneel poeder
- beetje zout naar smaak
- 2 eetlepel verse koriander blaadjes

Bereiden :

1. Ontdooi en kook de garnalen/gamba's en laat ze droog uitlekken. Of dep ze droog.
2. Neem een schaal, en doe er de yoghurt, garam masala mix, kurkuma poeder, tomatenpuree, kokosmelk, sambal en water in. Met de fijngeknipte koriander steeltjes.
Voeg zout toe.
3. Meng alles goed door elkaar met een lepel, en zet de schaal apart.

4. Verwarm nu de olie in een wok of iets hogere koekenpan. Voeg nu de gember, knoflook en kaneel toe. Bak alles 1 a 2 minuutjes op laag vuur.
5. Doe de schaal met specerijenmengsel erbij en breng alles rustig aan de kook. Roer af en toe.
6. Voeg de garnalen/gamba's toe en roer constant tot de saus iets dikker wordt.
7. Doe alles in een mooie schaal en garneer met de verse koriander blaadjes

Je kunt er van alles bij eten. Een verse salade en rijst, dat geeft het traditionele recept aan. Maar dit is ook lekker met spaghetti of macaroni. Of Thai rijst noodles.

Eet smakelijk, met een hartelijke groet van Tienieke.