



290 gram
groenten per
portie *

Rode currysoep met knapperige gyoza's en herfstgroenten

Gyoza's zijn heerlijke Japanse dumplings met een rijke smaak. Onze biologische gyoza's hebben een flinterdun deegjasje met een vulling van knapperige groenten. Superlekker in de licht-pittige en aromatische rode curry. Het is heerlijk om de gyoza in de curry soep te dippen.

30 min | 748 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Ui	st	0.5	1	1	2
Thaise rode curry pasta	g	15	25	35	50
Kokosroom	g	80	160	200	320
Gesneden pompoen	g	100	200	400	400
Boerenkool	g	100	200	300	400
Gesneden witte kool	g	100	200	200	400
Gyoza vegetarisch	g	200	400	600	800
zelf toevoegen:					
Olie	el	1	2	3	4
(groente) bouillon	ml	300	600	900	1200
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht online met #ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Pel en snipper de ui. Bereid de bouillon. Verwarm olie in een soeppan en bak de ui en gesneden pompoen 3 minuten op middelhoog vuur. Voeg de currypasta toe en bak 1 minuut mee om de smaken los te maken. Schenk dan de bouillon en kokosroom in de pan en laat zachtjes koken.
2. Was de boerenkool, verwijder eventueel de harde nerven en snijd de bladeren klein. Voeg vervolgens de gesneden witte kool en boerenkool toe aan de soep en laat nog 5 minuten doorkoken tot alles gaar is.
3. Verhit olie in een bakpan en bak de gyoza's op de platte onderkant, goudbruin en krokant. Voeg dan een klein scheutje water toe en laat afgedekt 5 minuten stomen. Zo krijg je een zachte bite in het begin en een krokante bite op het eind.
4. Schep de warme currysoep in diepe kommen en serveer met de krokante gyoza's aan de zijkant om te dippen (of doe ze lekker in de soep).

Tip: Heb je pinda's, cashewnoten of een limoen in huis? Gehakte cashews of pinda's geven een heerlijke knapperige bite, terwijl een knijpje vers limoensap de licht pittige, romige currysoep direct ophaalt.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

