

# Curry met kikkererwten, tomaat en geroosterde kokos

recept Vegetarisch



---

Van SONJA VAN DE RHOER

---

Ruim 40 jaar geleden werd ik door een bekende pannenfabrikant gevraagd om een boekje te schrijven voor een nieuw op de markt te brengen apparaat: de slowcooker. Dagenlang zat ik naast deze pan om te kijken, te proeven en te controleren of de bonen of andere groente nu eindelijk gaar waren. Heel langzaam werd alles gaar gestoofd, met behoud van alle smaken.

Nu is de slowcooker een hit en verschijnen er kookboeken met dit thema op de markt, zoals 'Slow Cooked Vega' van Katy Holder met 100 vegetarische gerechten. Dit enigszins aangepaste gerecht daaruit kan ook in een pan met dikke bodem op lage temperatuur worden gestoofd. Kooktijd is dan 35 tot 45 minuten.

Verhit een koekepan. Rooster de kokosrasp 2 tot 3 minuten tot het lichtbruin ziet, schud de pan geregeld. Schep de kokosrasp uit de pan en zet opzij.

Verhit in dezelfde pan de olie op middelhoog vuur en bak de ui, knoflook en gember 6 tot 8 minuten. Voeg korianderpoeder, komijnpoeder, kaneel(stokje), zwarte peper en kurkuma toe en bak de specerijen 1 minuut mee. Roer geregeld met een houten lepel en schraap hiermee over de bodem van de pan. Breng het ui-mengsel over naar de slowcooker.

Giet 2 eetlepels water in de koekepan en maak draaiende bewegingen met de pan om de restjes van het specerijenmengsel los te krijgen. Schenk het water uit de pan in de slowcooker. Voeg koriandersteeltjes (niet de blaadjes), kikkererwten, laurierblad (verkruimeld), rietsuiker en kokosmelk toe. Voeg zeezout naar smaak toe. Kook 3 uur op de lage stand.

Verwijder intussen met een theelepel de zaadlijsten uit de gehalveerde tomaten en snijd de tomaten in stukken. Roer de tomaten door de curry en laat de curry nog 1 uur koken of tot de saus is ingedikt.

Roer driekwart van de geroosterde kokosrasp door de curry. Bestrooi de curry met de korianderblaadjes en de overgebleven kokosrasp en serveer met gestoomde rijst, naan of roti. Geef er roergebakken spinazie bij.

Voor 4 personen:

45 g kokosrasp

2 el plantaardige olie

1 ui, dunne halve ringen

4 knoflooktenen, grof gehakt

1 el fijn geraspte gemberwortel

2 tl korianderpoeder

2 tl komijnpoeder

1 tl kurkuma

1 kaneelstokje of 1/2 tl kaneel

1/4 tl zwarte peper

1/2 bosje koriander, blaadjes en steeltjes gescheiden

800 g kikkererwten uit blik, afgespoeld

2 laurierbladeren

2 tl rietsuiker

800 ml kokosmelk (uit blik), geschud

4 rijpe tomaten

---