



VIS MET KOKOSMELK EN KURKUMA

Zowel vis als kokosnoot komen in overvloed voor langs de mooie Indiase kustlijn. Voor het onderstaande recept kunt u het beste stevige witvis kiezen. Zeeduivel, tilapia of kabeljauw. Maar het is net zo lekker met gamba's. De kokosnoot met kurkuma geeft een bijzonder lekker en geurig tintje aan dit gerecht. En de kleur is spectaculair !

Dit gerecht heet "Meen Molee"

Voor 4 personen

- * 650 gram witvis filet.
- * 2 eetlepels citroensap.
- * 1 theelepel zout of zout naar smaak.
- * 3 eetlepels olijfolie.
- * 1 grote ui, gesnipperd.
- * 1 dikke theelepel verse en klein gesneden gember.
- * 1 teentje knoflook.
- * 1 schepje sambal.
- * 1/2 theelepel kurkuma poeder.
- * 4 dl kokosmelk uit glas of blik
- * 1 eetlepel kokosnippers (santen)
- * Flinke eetlepel verse koriander ter garnering
- * Witte basmati rijst om erbij te serveren.

Bereiden :

- Snij de vis in stukken van ca 5 cm, leg ze op een groot bord. Wrijf ze in met de helft van het citroensap en de helft van het gebruikte zout. Zet het apart en maak de rest van de ingrediënten klaar.
- Verhit de olie op een middelhoog vuur en bak de ui daarin 5 a 6 minuten glazig, maar niet bruin.

- Voeg de gember, knoflook en de sambal toe en bak het 5 a 6 minuten tot alles lichtgouden bruin kleurt.
- Voeg nu de kurkuma toe en bak dit 30 seconden mee.
- Schenk de kokosmelk en doe de kokosnippertjes erbij. Doe de rest van het resterende zout en de citroensap erbij en roer alles goed door.
- Leg nu ook de stukken vis voorzichtig in de pan en laat deze zachtjes 10 minuten mee koken. Tot de saus is ingedikt.
- Als de vis goed gaar is, kun je er eventueel de vers geknipte koriander over strooien.

Serveer met de basmati rijst.

Met een smakelijke groet van Tienieke