



KOKOSRIJST MET ZOETE AARDAPPEL EN BROCCOLI

UIT PAULINE'S KEUKEN

INGREDIËNTEN

300 g basmatirijst

600 g zoete aardappel, in blokjes

100 g hazelnoten

2 el agavesiroop

400 ml kokosmelk

400 ml water

500 g broccoli

200 g doperwten

10 g peterselie, fijngesneden

zonnebloemolie

INSTRUCTIES

- Verwarm de oven voor op 200°C. Verdeel de zoete aardappelblokjes over een met bakpapier beklede bakplaat, besprenkel met zonnebloemolie en breng op smaak met zout en peper.
- Rooster de zoete aardappel 15 minuten in de oven. Meng in een kom de hazelnoten met de agavesiroop en verdeel de hazelnoten over het bakblik met de zoete aardappel. Bak het geheel nog 5 minuten roosteren in de oven tot de hazelnoten gekaramelliseerd zijn. Haal eruit en laat afkoelen.
- Plaats de kokosmelk en het water in een steelpan en breng dit aan de kook, voeg al roerend de rijst hieraan toe. Breng op smaak met een snufje zout. Laat de rijst 10 minuten koken op laag vuur. Zet het vuur uit en laat de deksel op de pan, dan kan de rijst het vocht goed opnemen en stoomt het geheel nog even na.
- Snijd de broccoli in roosjes en de stronk in plakjes in hetzelfde formaat als de zoete aardappel. Kook de broccoli in een kookpan met kokend water in 5 minuten gaar. Voeg in de laatste minuut de doperwten toe aan de pan en laat meekoken. Giet af en laat goed uitlekken.
- Verdeel de rijst over de borden en verdeel hier de zoete aardappel, broccoli en doperwten over. Garneer met peterselie en hazelnoten.

MEER RECEPTEN VAN PAULINE WEURING?
GA NAAR WWW.UITPAULINESKEUKEN.NL

MAKE HOLLAND
GREAT AGAIN