

Ingrediënten voor 4 personen

1,5 el. olie, 1 tl. komijnzaadjes, 225gr. geschilde courgettes in plakken van 1/2 cm. 1/2 tl. chili. 1 tl. ketoembar, 1/4 tl. tarmeriek, 3-4 fijngehakte tomaten, zout, 1 gehalveerde groene peper, 1 takje fijngehakt vers korianderblad.

Tijd: 10-20 min.

Keuken: Indiaas

Soort_gerecht: Vegetarisch

Eigen_keuken: Nee

Vegetarisch: Nee

Toorai Tarkarie

Courgette kerrie

Hulpmiddelen

Pan

Vorbereiding

10 minuten

Bereidingswijze

Rooster het komijnzaad in hete olie tot het kraakt. Voeg de courgette toe en roer en strooi chili, ketoembar en tarmeriek erdoor. Voeg de tomaten toe. Strooi zout, peper en koriander erover. Dek af en kook 10 - 12 minuten.