

Ingrediënten voor 2 personen

2 stuks kabeljauwhaas van 130 gram
 100 ml natuurazijn 1/2 winterpeen in dunne reepjes 1/2 komkommer in dunne reepjes 1 rode ui in kwart reepjes 1 gele paprika in dunne reepjes 1 rode peper (optioneel) 2 sjalotten in stukken 2 stengels sereh (citroengras) gekneusd in 3 stukken 3 tenen knoflook in stukken 4 kemirnoten 1 el suiker 1 tl tomatenpuree 2 tl koenjit (kurkuma) 2 tl djahé (gemalen gember) 1/2 tl kentjoer (dit heb ik niet gebruikt) 120 gram rijst

Tijd: 20-30 min.
Keuken: Indisch
Gang: Hoofdgerecht
Eigen_keuken: Nee
Vegetarisch: Nee

Atjar Ikan Kuning (Indische kabeljauw in zoetzuur) .

Als je een liefhebber van atjar bent, wil je dit zeker proeven. Een snel Indisch maaltje voor door de week. Slank en met veel groente. Voor kentjoer moest ik naar de toko en dat heb ik dus niet gedaan. We hebben dit overheersend kruidje niet gemist . "Niets meer aan doen " was het commentaar van mijn man. Wel even aan de saus proeven om het zo nodig toch zeker naar jouw smaak te maken. Ik heb iets meer azijn gebruikt , omdat ik het gerecht te zoetig vond.

Hulpmiddelen

Staafmixer, ovenschaal en hapjespan, snijplank en mes

Bereidingswijze

Maal een boemboe van de knoflook, sjalot en de 4 kemirnoten en roer er de koenjit en de djahé door. Verwarm de oven voor op 200 graden. Bak in een scheutje olie de boemboe enkele minuten. Giet er water en azijn bij en roer met de suiker en de tomatenpuree door elkaar. Voeg alle groente toe , breng aan de kook en laat 10 minuten pruttelen. Kook ondertussen de rijst volgens de beschrijving op de verpakking. Bestrooi de vis met peper en zout naar smaak , leg de vis in de schaalpjes, zet in de oven en laat (afhankelijk van de dikte) 8-10 minuten garen. Giet de groente met het vocht over de vis en serveer met witte rijst.

Serveertips

Bind de saus eventueel met een beetje maizena.

