

Sperziebonen met massala en komijn

Aantal personen: 2

Bereidingstijd in minuten: circa 20

Ingredienten:

250 gr sperziebonen(of kousenband)

2 eetl zonnebloemolie

1 theel massala kerrie

1 theel komijnpoeder

1 kip bouillonblokje

Bereidingswijze:

Maak de sperziebonen schoon en breek ze in stukjes van 4cm.

Kook de boontjes 5min in kokend water. Giet af en verhit in een wok de olie en roer de massala en komijnpoeder erdoor.

Doe na 1 min de boontjes erbij en bak ongeveer 3 min mee.

Verkruimel het bouillonblokje erover ,doe er een klein scheutje water bij en laat op een laag vuur en de deksel op de pan 20 min stoven.

Hou goed in de gaten dat de boontjes niet droogkoken,doe er anders nog een scheutje water bij.

Dit recept is keer bekeken.