


Recept: Kippenballetjes in Thaise groene curry saus met groentjes

Duik in de smaken van Thailand met dit heerlijke gerecht van sappige kippenballetjes gesmoord in een aromatische groene currysaus. De combinatie van pittige curry, romige kokosmelk en verse kruiden zorgt voor een onvergetelijke smaakexplosie. Geserveerd met knapperige sojascheuten, is dit een complete en smaakvolle maaltijd die je smaakpapillen zal verrassen.



Aantal personen:
4 personen



Tijd:
50 minuten



Moeilijkheidsgraad


Ingrediënten	Hoeveelheid	Mise en Place	# personen omrekenen
Zorg ervoor dat alle ingrediënten klaarliggen.			
<u>Voor de kippenballetjes</u>			
<input type="checkbox"/> Kippengehakt	600 g		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> ei	1		
<input type="checkbox"/> Paneermeel	4 el		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Verse koriander	3 el	Fijngehakt	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Arachideolie	Voldoende om te bakken		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Peper en zout	naar smaak		<input type="checkbox"/>
<u>Voor de groene currysaus</u>			
<input type="checkbox"/> Kokosmelk	600 ml		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Groene currypasta	2 el	Pas de hoeveelheid aan naar smaak	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Groene paprika	1	In dunne reepjes gesneden	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Courgette	1	in halve maantjes	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Sjalot	1	Fijngesneden	<input type="checkbox"/>

<input type="checkbox"/> Knoflook	1 teentje	Fijngesneden of geperst	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Doperwten (diepvries)	150 g		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Kaffirlimoenbladeren (gedroogd)	5	Gekneusd	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Vissaus	2 el		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Kandijnsuiker	2 el		<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> Verse Thaise basilicum	Handjevol	Blaadjes geplukt	<input type="checkbox"/>
<u>Voor de garnering</u>			
<input type="checkbox"/> Sojascheuten	120 g	Afgespoeld en uitgelekt	<input type="checkbox"/>

Bereidingswijze

Volg deze stappen om een heerlijke Thaise groene curry met kippenballetjes en verse groenten te bereiden. Zorg ervoor dat je alle ingrediënten volgens de "Mise en Place" reeds hebt voorbereid.

1. Kippenballetjes voorbereiden

Snipper het sjalotje fijn en pers de knoflook. Meng het kippengehakt in een grote kom met het fijngesneden sjalotje, de geperste knoflook, verse koriander, het ei en paneermeel. Breng het geheel op smaak met peper en zout. Rol vervolgens kleine (pingpong balletje), gelijkmatige balletjes van het gehaktmengsel.



2. Bakken en de saus bereiden

Verhit voldoende zonnebloemolie in een grote diepe pan middelhoog vuur. Bak de kippenballetjes in porties goudbruin en gaar. Haal ze uit de pan en zet ze apart.

Bak in dezelfde pan, indien nodig met een scheutje extra olie, de sjalot, de courgette en de groene paprika. Laat 2 minuutjes zachtjes bakken. Voeg de groene currypasta toe en bak kort aan totdat deze aromatisch (hij ruikt lekker) wordt. Voeg de kokosmelk toe en breng het geheel zachtjes aan de kook, terwijl je af en toe roert. Laat 5 minuutjes zachtjes pruttelen.



3. Balletjes toevoegen

Voeg de gebakken kippenballetjes en de doperwten toe aan de currysous. Laat het geheel ongeveer 5 minuten zachtjes pruttelen, zodat de smaken goed intrekken en de groenten gaar zijn maar nog wel een bite hebben. Voeg de gekneusde kaffirlimoenbladeren toe voor extra aroma.



Op smaak brengen en serveren

Proef de curry en breng op smaak met de vissaus en kandijnsuiker, naar eigen voorkeur. Roer er tot slot de sojascheuten en een handjevol verse Thaise basilicumblaadjes door. Serveer de Thaise groene curry met kippenballetjes direct, eventueel met rijst.



Ingredienten in dit gerecht

1. Vissaus

Vissaus klinkt misschien gek, want het is gemaakt van vis! Maar geen zorgen, het smaakt vooral zout en geeft een diepe, hartige smaak aan onze dressing.

Vissaus is een **zoute, umami-rijke smaakmaker** die vooral gebruikt wordt in de Aziatische keuken (Thailand, Vietnam, Cambodja...). Ze wordt gemaakt door **kleine visjes (zoals ansjovis)** samen met zout te laten fermenteren in grote vaten, vaak maanden tot jaren.

Het resultaat is een **donkerbruine, sterk geurende vloeistof** die in gerechten zorgt voor diepte en hartigheid, een beetje zoals sojasaus dat doet. In veel Thaise recepten is vissaus wat **zout en smaak** tegelijk geeft.

2. Koriander

Koriander is een groen kruid met een hele frisse en unieke smaak. Sommige mensen zijn er gek op, andere vinden het minder lekker. Wij gebruiken de blaadjes om de salade extra fris te maken en mooi te versieren. Zo ziet je bord er ook nog eens feestelijk uit!

Naast verse koriander kan je ook de zaadjes (korianderbolletjes) of gemalen koriander gebruiken.

3. Kafirlimoenblaadjes

Kafirlimoenblaadjes zijn de **donkergroene, glanzende blaadjes** van de kaffirlimoenboom

- Ze hebben een **dubbele vorm**: twee blaadjes die als het ware aan elkaar vastzitten.
- Hun geur is heel intens: **fris, citrusachtig en kruidig**, maar anders dan gewone limoen.
- Ze worden bijna altijd **heel** gebruikt tijdens het koken (zoals laurierblaadjes), en nadien verwijderd of fijn versneden als garnering.



4. Sojascheuten

Sojascheuten zijn de **jonge kiemen van sojabonen**. Het zijn eigenlijk de eerste scheutjes die uit de boon groeien wanneer die begint te ontkiemen.

- Dunne, witte stengeltjes met een klein geelgroen boontje aan het uiteinde.
- Fris, sappig en knapperig van textuur.
- Neutrale, licht nootachtige smaak.
- Je kan ze maar kort bewaren

