Pittige gewokte bloemkool en broccoli

Datum: 23-05-2005
Type gerecht: Hoofdgerecht
Samengesteld door: Dimitri Peeters
Aantal personen: 8

Ingrediënten:

- 1 grote bloemkool
- 1 struik broccoli
- 2 uien
- wok olie
- 24 blaadjes basilicum
- 6 el kruidenpasta voor rode curry
- 1 dl sinaasappelsap
- zout

Bereidingswijze:

Verdeel de bloemkool en broccoli in roosjes en was ze. Snijd de steel van de broccoli in dunne plakjes. Pel en snipper de uien. Zet een grote wok op het hoogste vuur en laat de wok zo heet worden dat hij begint te walmen. Voeg een scheutje olie toe en roerbak de ui met bloemkool en de broccoli ca. 10 minuten. Voeg de blaadjes basilicum en de kruidenpasta toe en roerbak nog 2 minuten. Voeg het sinaasappelsap toe en laat het geheel nog even pruttelen. Voeg zout naar smaak toe. Schep de groenten op warme borden.