



**FRESH!**  
VERSMARKT LEIDSENHAGE



## Ingrediënten

### VOOR DE MARINADE:

8 teentjes knoflook  
100 g verse gember  
100 g kerrie-kokosmengsel  
4 el yoghurt  
1 tl zwarte peperkorrels  
1 kaneelstokje  
1 el kardemompeulen  
1 el korianderzaad  
2 tl paprikapoeder

1 kilo lamsschouder (in stukken gesneden)  
2 rode pepers  
5 rode uien  
2 rode paprika's  
800 g tomaatstukjes  
3 dl water  
1 bosje koriander  
100 g kokosrasp

# FRESH ROGAN JOSH

 **Hoofdgerecht**

 **4 personen**

 **3 uur (inclusief marineren en stoven)**

1. Voor de marinade: pel en snijd de teentjes knoflook fijn. Schil de gember en snijd die fijn. Doe beide in een kom die groot genoeg is om ook het lamsvlees in te doen. Voeg het kerriekokosmengsel, de yoghurt en de zwarte peper toe en laat hierin het lamsvlees een uur marineren.
2. Verwarm de oven voor op 170 °C. Verhit een droge ovenvaste braadpan en rooster hierin het kaneelstokje, de kardemompeulen en het korianderzaad ongeveer 1 minuut. Doe de specerijen in een vijzel, maal ze fijn en meng het paprikapoeder erdoor.
3. Pureer rode pepers, rode uien en rode paprika's met een staafmixer en doe ze met de gemalen specerijen in de braadpan. Breng dit aan de kook en laat 10 minuten zachtjes sudderen. Voeg de tomaatstukjes, het lamsvlees en 3 deciliter toe en meng goed. Breng deze curry aan de kook, doe dan een deksel op de braadpan en zet hem 2 uur in de oven. Breng de curry eventueel op smaak met extra yoghurt als hij te scherp is.
4. Serveer met verse korianderblaadjes en kokosrasp.