



Indiase pilaf

Ingrediënten

- 1 Blokje MAGGI Groentebouillon
- 250 g Rijst
- 200 g Uien, rauw
- 300 g Wortelen, rauw
- 30 g Noten, amandelen
- 10 g Olijfolie

Instructie

1. Snipper de ui en snijd de wortel in kleine blokjes.
2. Bak de ui 2 minuten in de hete olie. Voeg de rijst toe en bak ca. 1 minuut. Voeg 400 ml water, het MAGGI rustiek bouillonblokje, de wortelblokjes en de curry toe. Kook gedurende 14 minuten, met de deksel op de pan (indien nodig een beetje water toevoegen).
3. Bestrooi met geroosterde amandelen.

Voedingswaarden tonen

koolhydraten	84.46 g
Energie	460.82 kcal
vetten	9.43 g
Eiwit	9.67 g

22 Min

3