



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Søtpotetcurry med kikerter, koriander og jasminris

Søtpotetcurry

½ stk rødløk
1 stk søtpotet
1 stk rød paprika
1 glass kormapaste
1 pakke kikerter
1 stk lime
1 liten boks kokosmelk
1 pakke grønnsaksbuljong
½ ss hvetemel ^B

Jasminris

125 g jasminris

Rustikke multibrød

2 stk rustikke multibrød

Topping

1 stk norsk eple
1 bunt koriander
1 pakke sesamfrø

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.

2. **Søtpotetcurry:** Skrell og finhakk rødløken. Skrell og kutt søtpoteten i mindre biter. Rens og kutt paprikaen i mindre biter. Varm opp en kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek rødløken, søtpoteten og paprikaen i 2-3 minutter, til løken er gyllen. Tilsett 1-2 ss av kormapasten og ½ ss hvetemel, og stek videre, under omrøring, i omtrent 1 minutt.

3. **Søtpotetcurry, fortsettelse:** Sil laken av kikertene, og skyll dem i kaldt vann. Skyll limen, og riv limeskallet (kun det grønne) på den fine siden av et rivjern. Rør inn kokosmelken og grønnsaksbuljongen, kok opp, og la det hele småkoke i omtrent 15 minutter, eller til søtpotetbitene er gjennomkokte. Rør litt vann inn i gryten hvis den blir for tykk. Tilsett kikertene mot slutten av koketiden, og smak til med salt, pepper, det revne limeskallet, saft fra limen, og eventuelt mer av kormapasten.

4. **Jasminris:** Tilbered risen som anvist på pakken.

5. **Rustikke multibrød:** Tilbered multibrødene som anvist på pakken.

6. **Topping:** Skyll og kutt eplet i små terninger. Skyll og grovhakk koriander. Topp gryten med epleterningene, koriander og sesamfrøene.



TIPS!

Varm opp en tørr stekepanne til høy varme, og rist sesamfrøene i omtrent 1 minutt, til de er gylne.