



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

🕒 20-30 min 👤 2 porsjoner

OH_0047-2

Marokkansk kyllinggryte med bulgur, mandler og raita

Marokkansk kyllinggryte

1 pakke honning
½ pakke tyrkisk krydder
½ pakke røkt chilikrydder
1 stk rødløk
2 stk gulrøtter
300 g kyllinggyros
1 pakke tomatpuré
1 pakke hønsbuljong
2 ss olivenolje ^B
4 dl vann ^B

Bulgur med tranebær

125 g bulgur
½ pakke tyrkisk krydder
1 pakke tranebær

Topping

½-1 pakke mandelskiver
½-1 pakke raita

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Marokkansk kyllinggryte, forberedelse: Bland honningen, 2 ss olivenolje, det tyrkiske krydderet og ⅓ av pakken med chilikrydderet til en krydderolje i en skål. Skrell og finhakk rødløken. Skrell og kutt gulrøttene i terninger.

2. Marokkansk kyllinggryte: Varm opp en kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen, løken og gulrøttene i 2 minutter. Tilsett krydderoljen og tomatpuréen, og stek videre i 2 minutter.

3. Marokkansk kyllinggryte, fortsettelse: Ha i buljongen og 4 dl vann. Kok opp, og la gryten småkoke under lokk på middels lav varme i 15 minutter. Rør om underveis, så gryten ikke svir seg. Ta av lokket, og kok gryten uten lokk i 5 minutter til. Smak til med salt, pepper og eventuelt mer chilikrydder.

4. Bulgur med tranebær: Tilbered bulguren som anvist på pakken, men tilsett resten av det tyrkiske krydderet i kokevannet. Vend inn tranebærene når bulguren er ferdigkokt.

5. Topping: Topp retten med mandelskivene og raitaen.

6. God middag!

TIP!

Rist gjerne mandelskivene i en tørr og middels varm stekepanne, til de får litt farge. Om du har en sitron liggende, passer det godt å presse litt sitronsaft over retten. Vend gjerne inn 1 ss smør i bulguren for ekstra god smak.