



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Tikka masala med tofu, fersk koriander og mangochutney

Basmatiris

125 g basmatiris

Tikka masala

½ stk gul løk
½ stk hvitløksfedd
1 stk gulrot
¼ pakke chiliflak
½ pakke tomatpuré
1 glass tikka masala-paste
1 pakke kokoskrem
½ stk lime
1 ts hvetemel ^B
1 dl vann ^B

Tofu

1 pakke tofu med chili & sitrongress

Servering

1 bunt koriander
½ stk lime
1 glass mangochutney
olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

1. Basmatiris: Tilbered risen som anvist på pakken.

2. Tikka masala: Skrell og kutt løken i terninger. Skrell og finhakk hvitløken. Skrell og grov riv gulroten på et rivjern. Varm opp en kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek løken, hvitløken og 1 ts hvetemel i 1–2 minutter. Ha i gulroten, chiliflakene og tomatpuréen. Stek videre 1–2 minutter. Tilsett ønsket mengde av tikka masala-pasten. Ha i kokoskremen og 1 dl vann og gi det hele et oppkok. La tikka masalaen småkoke i omtrent 10 minutter.

3. Tofu: Skjær tofuen i terninger. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek tofuen i 3–4 minutter, til den har fått farge.

4. Tikka masala, fortsettelse: Skyll limen i kaldt vann, og finriv litt av skallet (kun det grønne) på et rivjern. Ha den ferdigstekte tofuen i tikka masalaen, og smak til med saften fra limen, salt og pepper. Topp med limeskallet.

5. Servering: Skyll og tørk korianderen. Plukk bladene av stilkene, og topp gryten med dem ved servering. Kutt resten av limen i båter, og server båtene og mangochutneyen til retten.



TIPS!

Server gjerne chiliflakene ved siden av for å gjøre tikka masalaen mer barnevennlig.