



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Indisk salat med linser, friske grønnsaker, papadams og mangochutney

Linser

1 pakke grønne linser
½ stk rødløk
1 pakke garam masala-krydder
1 pakke cashewnøtter

Papadams

1 pakke papadams

Indisk salat

50 g spinat
1 pakke røde cherrytomater
1 bunt reddiker
1 stk gul paprika
1 stk rød chili
1 stk lime
1 ss olivenolje ^B

Tilbehør

1 glass mangochutney

olje ^B

salt ^B

pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.

2. **Linser:** Hell laken av linsene, og skyll dem i kaldt vann. Skrell og finhakk rødløken. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek rødløken, garam masala-krydderet og cashewnøttene i 1–2 minutter. Ha i linsene og stek videre i 3 minutter, eller til linsene er varme. Krydre med salt og pepper.

3. **Papadams:** Fordel papadamsene utover en rist, og varm dem i ovnen i 30–40 sekunder. Følg nøye med så de ikke svir seg. De skal poppe litt.

4. **Indisk salat:** Skyll, tørk og finhakk spinaten. Skyll cherrytomatene og reddikene. Kutt cherrytomatene i to, og reddikene i båter. Rens og kutt paprikaen i terninger. Kutt chilien i tynne skiver.

5. **Indisk salat, fortsettelse:** Vend sammen grønnsakene og de stekte linsene, og fordel det hele utover et stort fat. Klem saft fra limen over, og topp med 1 ss olivenolje. Brekk opp noen av papadamsene og bland dem med salaten rett før servering.

6. **Tilbehør:** Topp salaten med noen skjeer av mangochutneyen, eller server chutneyen til retten.



TIPS!

Dette er en super rett når du vil bruke opp rester av urter som koriander eller persille. Server gjerne med litt yoghurt til.