



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Lårfilet av saktevoksende kylling i rød curry med sprø grønnsaker og jasminris

Ris

135 g jasminris

Rød curry

½ stk rødløk
1 stk gul paprika
1 stk pak choy
350 g kyllinglår utbenet u/skinn (saktevoksende)
1 stk lime
1 ss rød currypaste
1 pakke kokoskrem
1 pakke hønsebuljong
1 dl vann ^B

salt ^B

pepper ^B

olje ^B

soyasaus ^B

^B Basisvare

- 1. Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken (se tips).
- 2. Rød curry:** Skrell og kutt rødløken i tynne skiver. Rens og kutt paprikaen i strimler. Skyll pak choyen, og kutt den i strimler. Skjær kyllingen i strimler. Behold fettene på kyllingen, det smelter i pannen og gir god smak. Kutt limen i to.
- 3. Rød curry, fortsettelse:** Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kyllingen i 3–4 minutter, til den er gyllen, og legg den over på en tallerken. Ha rødløken og paprikaen i pannen, og stek det i 3–4 minutter. Ha kyllingen tilbake i pannen, og tilsett ønsket mengde av currypasten. Stek det hele i 1–2 minutter. Tilsett kokoskremen, hønsebuljongen og 1 dl vann. Kok opp, og smak til med soyasaus, salt, pepper og saft fra limen. Bland inn pak choyen rett før servering.
- 4. Servering:** Kutt resten av limen i båter, og server båtene til retten.

TIPS!

Du kan steke grønnsakene i en egen stekepanne, og tilsette den kokte risen. Smak til med soyasaus.