



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Indisk kycklinggryta med blomkål, cashewnötter och koriander

Basmatiris

Basmatiris 135 g

Indisk kycklinggryta

Gul lök 1 st

● Salt 2+2 krm

● Olja 2 tsk

Kycklingfilé strimlad 300 g

Curry 1 förp

Garam masala ½ förp

Blomkålsbuketter 1 förp

Vitlök 2 klyftor

Tomatpuré ½ förp

● Vatten 3 dl

Coconut cream 1 förp

Majsstärkelse 2 tsk

Broccoli 1 st

Till servering

Cashewnötter 40 g

Koriander 20 g

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Vatten

1. Basmatiris: Koka basmatiris enligt anvisning på förpackningen.

2. Indisk kycklinggryta: Klyfta gul lök och skär buketter av broccoli. Hetta upp neutral olja i en stekgryta. Fräs kycklingstrimlor ca 4 min. Krydda med curry, garam masala och salt.

3. Tillsätt gul lök, broccoli, blomkålsbuketter och pressad vitlök. Fräs ytterligare ca 4 min och krydda med salt. Blanda ner tomatpuré, vatten, coconut cream och majsstärkelse (utblandat i lika delar vatten). Koka upp och sjud ca 5 min tills grönsakerna mjuknat något.

4. Blanda ner cashewnötter i grytan. Servera indisk kycklinggryta med basmatiris. Toppa med koriander.