



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Linscurry med kokosgrädde och blomkål

Ris

Basmatiris 135 g

Linscurry

Torra röda linser 1 förp

Gul lök 1 st

Vitlök 3 klyftor

Blomkål 1 st

● Olja 1 msk

Tomatpuré 2 förp

Curry 1 förp

Garam masala 1 förp

● Vatten 5 dl

● Salt ½ tsk

Coconut cream 1 förp

Babyspenat 65 g

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Svartpeppar,
Vatten

1. Ris: Koka basmatiris enligt anvisning på förpackningen.

2. Linscurry: Skölj torra röda linser. Hacka gul lök och vitlök. Dela blomkål i buketter. Hetta upp olja i en stekgryta och fräs lök, vitlök, tomatpuré, curry och garam masala ca 2 min under omrörning utan att det får färg.

3. Tillsätt blomkål, vatten, röda linser, salt och nymald svartpeppar. Koka ca 10-15 min tills linserna är mjuka.

4. Blanda ner coconut cream och låt koka upp, rör ner babyspenat.

5. Servera linscurry med basmatiris.