



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



15 - 20 MIN. TILBEREDNING

Kæmperejer i karrysauce

Det skal du bruge

135 g basmatiris
½ stk rødløg
1½ fed hvidløg
2 stk gulerødder
1½ pose karry
3 dl kokosmælk
250 g kæmperejer - har været frosset
½ pakke koriander, frisk

Du skal selv have:

Mel, Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1** Ris: Kog risene som anvist på posen.
- 2** Karrysauce: Pil rødløg og hvidløg og hak begge dele fint. Skræl gulerod og skær i tern ca. 1x1 cm. Varm en gryde op med lidt olie og steg løgene og gulerodsternene 1-2 min. ved middel varme. Tilsæt karry og steg videre 1 min. Kom kokosmælk i og lad det koge i 3-4 min. Smag til med salt og peber.
- 3** Kæmperejer: Varm en stegepande op med lidt olie. Vend rejerne i ¾ spsk mel og lidt salt og peber. Steg rejerne 1 min. på hver side ved høj varme. Kom dem op i saucen og lad det småkoge 1-2 min.
- 4** Hak koriander og drys over rejerne og servér med ris til.

Allergener

Gluten, Hvede, Krebsdyr

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



Næringsværdier

| | |
|-------------------------|---------------------|
| Energi pr. portion: | 2.945 kj / 704 kcal |
| Indhold | Pr. portion |
| Fedt | 33,7 g |
| heraf mættede fedtsyrer | 28,2 g |
| Kulhydrat | 68,9 g |
| heraf sukkerarter | 10,5 g |
| Protein | 31,1 g |
| Salt | 2,4 g |
| Kostfibre | 3,5 g |