



2 PORTIONER



2 DAGES HOLDBARHED



15 - 20 MIN. TILBEREDNING

Massaman curry med hakket kylling og ris

Det skal du bruge

135 g basmatiris
½ stk rødløg
2 stk gulerødder
50 g babyspinat
300 g hakket kylling
½ pose massaman curry paste
2 dl kokosmælk
½ stk lime
½ pakke koriander, frisk
½ pose hakkede peanuts

Du skal selv have:

Olie, Salt, Sukker

Fremgangsmåde

- 1** Ris: Kog risene som anvist på posen.
- 2** Massaman kyllingcurry: Pil løg, skræl gulerødder og skyl spinaten. Skær løg og gulerødder i skiver. Varm en gryde op til høj varme og tilsæt lidt olie. Steg kyllingekødet i 2 min. Tilsæt gulerødder, løg og ønsket mængde massaman curry (reducér mængden, hvis du ikke vil have det så stærkt) og steg videre i 2 min. Tilføj kokosmælk og lad det koge ved middel varme i 3-4 min.
- 3** Massaman kyllingcurry - fortsat: Del limen i to. Smag retten til med lidt sukker, salt, limesaft og evt. mere massaman curry. Vend spinaten i og giv det hele et hurtigt opkog.
- 4** Topping: Skyl og hak koriander groft. Drys peanuts og koriander over retten ved servering.

Allergener

Jordnødder, Nødder

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:	3.280 kj / 784 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	37,5 g
heraf mættede fedtsyrer	22,4 g
Kulhydrat	69,6 g
heraf sukkerarter	11,0 g
Protein	42,0 g
Salt	2,6 g
Kostfibre	4,0 g