



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Gulaschgryta med yoghurtclick

Gulasch

Gul lök 1 st
 Röd paprika 1 st
 Blandfärs 250 g
 Paprikapulver ½ msk
 Torkad timjan 1 tsk
 Passerade tomater 1 förp
 🏠 Olivolja
 🏠 Vitlök 2 klyftor
 🏠 Tomatpuré 3 msk
 🏠 Salt ½ tsk
 🏠 Sambal oelek 2 krm
 🏠 Kycklingbuljong ½ tärning
 🏠 Vatten 2 dl
 🏠 Socker ½ tsk

Tillbehör

Basmatiris 125 g
 Morot 2 st
 Matyoghurt 1 dl

1. Koka basmatiris enligt anvisning på förpackningen.
2. Skala och skär morötter i stavar. Ställ i glas. Finhacka gul lök. Skär röd paprika i grova bitar.
3. Hetta upp lite olivolja i en stekgryta och bryn blandfärs, lök och pressad vitlök ca 2 min.
4. Tillsätt paprikabitar, paprikapulver, tomatpuré, torkad timjan, salt och sambal oelek (kan uteslutas). Fräs ca 3 min.
5. Blanda ner smulad kycklingbuljong, passerade tomater, vatten och socker. Låt sjuda ca 7 min.
6. Servera gulaschgryta med matyoghurt, morotsstavar och basmatiris.