



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Black bean curry med jordnötter, mango och koriander

Black bean curry

Bananschalottenlök 1 st
 Vitlök 1 klyfta
 Mango 1 st
 Svarta bönor 1 förp
 Curry 1 msk
 Kons. körsbärstomater 1 förp
 Coconut cream 1 förp
 Lime ½ st
 Chili flakes
 🏠 Neutral olja
 🏠 Vatten 2 dl
 🏠 Grönsaksbuljong 1 tärning
 🏠 Salt

Sallad

Romansallad ½ st
 Rädisor 1 förp
 Chili flakes
 🏠 Vitvinsvinäger
 🏠 Flingsalt
 🏠 Svartpeppar

Till servering

Bulgur 125 g
 Koriander 10 g
 Jordnötter 40 g

- Förberedelser:** Finhacka bananschalottenlök och vitlök. Skala och tärna mango. Häll av och skölj svarta bönor.
- Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen.
- Black bean curry:** Hetta upp lite neutral olja i en stekgryta. Fräs lök, vitlök och curry ca 2 min. Tillsätt konserverade körsbärstomater, svarta bönor, coconut cream, vatten och smulad grönsaksbuljong. Sjud ca 5 min.
- Skölj limen ordentligt i ljummet vatten och finriv skalet. Tillsätt limeskal och pressad limesaft till grytan. Sjud ca 2 min. Blanda ner mango. Smaka av med lite salt och chili flakes.
- Sallad:** Bryt romansallad i mindre bitar. Skiva rädisor tunt. Blanda i en salladsskål med lite vitvinsvinäger, chili flakes, flingsalt och nymald svartpeppar.
- Grovhacka koriander och jordnötter. Strö koriander och jordnötter över currygrytan. Servera med nykokt bulgur och sallad.