



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Indisk thali med chana masala, raita och naanbröd

Chana Masala

Gul lök ½ st
 Tomat 1 st
 Kikärter 1 förp
 Vitlök 1 klyfta
 Garam masala 1 förp
 Mild senap 1 msk
 Coconut cream 1 förp
 🏠 Neutral olja
 🏠 Tomatpuré 2 msk
 🏠 Salt ½ tsk
 🏠 Vatten 2 ½ dl

Pulao

Gul lök ½ st
 Lagerblad 1 st
 Basmatiris 125 g
 Grön chili ½-1 st
 Koriander 20 g
 🏠 Smör ½ msk
 🏠 Vatten 2 ½ dl
 🏠 Salt ¼ tsk

Raita

Snackgurka 1 st
 Matyoghurt 1 dl
 Spiskummin 2 krm
 🏠 Salt 1 krm

Currystek kål

Vitkål 150 g
 Curry 1 tsk
 Mild senap 1 tsk
 🏠 Smör 1 msk
 🏠 Flytande honung ½ tsk
 🏠 Salt 1 krm
 🏠 Vatten ½ dl

Till servering

Mango chutney 1 burk
 Naanbröd ½ förp

- 1. Chana masala:** Skiva gul lök tunt. Tärna tomat. Häll av och skölj kikärter. Hetta upp lite neutral olja i en stekgryta och fräs gul lök ca 4 min, tills den fått färg.
- 2. Tillsätt** lite mer olja, pressad vitlök, garam masala, tomatpuré, senap och salt. Fräs ca 2 min under omrörning på medelvärme. Blanda ner vatten, coconut cream, tomat och kikärter. Sjud till servering. Smaka av med lite salt.
- 3. Pulao:** Grovhacka gul lök. Hetta upp smör i en kastrull. Fräs lök och lagerblad ca 5 min. Tillsätt basmatiris, vatten och salt. Låt koka ca 12 min. Skiva grön chili tunt och blanda ner i riset. Toppa med koriander.
- 4. Raita:** Grovriv snackgurka. Blanda i en skål med matyoghurt, spiskummin och salt.
- 5. Currystek kål:** Strimla vitkål. Hetta upp smör i en stekpanna och fräs kål ca 4 min. Tillsätt curry, honung, senap och salt, fräs ytterligare ca 2 min på hög värme. Häll på vatten och låt koka in.
- 6. Till servering:** Värm naanbröd enligt anvisning på förpackningen.
- 7. Servera** chana masala, pulao, currystek kål, raita, naanbröd och mango chutney i separata skålar eller på en indisk thali (metalltallrik med separata fack).