



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Dheligryta med kyckling, selleri och gult ris

Gult ris

Gul lök ½ st
 Basmatiris 125 g
 Curry 1 tsk
 🏠 Smör ½ msk
 🏠 Vatten 2 ½ dl
 🏠 Kycklingbuljong ½ tärning

Dheligryta

Kycklingfilé 300 g
 Röd paprika 1 st
 Gul lök ½ st
 Selleristjälk 1 st
 Butter chicken paste ½-1 förp
 Vispgräde 1 dl
 🏠 Smör
 🏠 Salt ½ tsk
 🏠 Svartpeppar
 🏠 Vetemjöl 1 tsk
 🏠 Vatten 1 dl

- Förberedelser:** Halvera kycklingfilé. Tärna röd paprika smått. Grovhacka all gul lök. Skiva selleristjälk.
- Gult ris:** Hetta upp smör i en kastrull. Fräs lök ca 2 min. Tillsätt basmatiris och curry. Håll i vatten och smulad kycklingbuljong. Koka basmatiris enligt anvisning på förpackningen.
- Dheligryta:** Hetta upp lite smör i en stekgryta och bryn kyckling med salt och lite nymald svartpeppar runtom till de fått lite färg. Lägg upp på ett fat.
- Hetta upp lite mer smör i den använda grytan och fräs paprika och lök ca 4 min, tills det mjuknat. Pudra över vetemjöl. Tillsätt butter chicken paste (se tips), vispgräde och vatten. Låt puttra ca 2 min.
- Lägg ner kycklingen i grytan och låt allt puttra ca 15 min, tills kycklingen är helt genomstekt (inntertemp 72°C). Rör ner selleri i grytan och smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
- Servera dheligryta med gult ris.

TIPS! Butter chicken paste är het så smaka dig fram till lagom styrka!