



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Äpplig gryta med fläskkotlett och champinjoner

Basmatiris

Basmatiris 125 g

Höstgryta

Gul lök 1 st

Morot 1 st

Rött äpple 1 st

Champinjoner 200 g

Fläskkotlett 300 g

Torkad timjan 1 tsk

Tomatpuré ½ förp

Kinesisk soja 1 tsk

Vispgrädde ½ dl

Kycklingbuljong ½ påse

🏠 Smör

🏠 Salt 2 krm

🏠 Svartpeppar

🏠 Vetemjöl 2 tsk

🏠 Vatten 1½ dl

1. Basmatiris: Koka basmatiris enligt anvisning på förpackningen.

2. Förberedelse höstgryta: Hacka gul lök. Skär morot i tunna slantar. Tärna äpple. Kvarta champinjoner. Strimla fläskkotlett.

3. Höstgryta: Hetta upp lite smör i en rymlig stekgryta och bryn köttet ca 2 min runtom. Tillsätt champinjonerna, löken och torkad timjan, fräs ytterligare ca 2 min. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar.

4. Blanda ner morot och äpple i grytan. Pudra över vetemjöl. Tillsätt tomatpuré, kinesisk soja, vispgrädde, vatten och smulad kycklingbuljong. Koka upp och sjud ca 7 min.

5. Servera höstgryta med nykokt basmatiris.