



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Indisk dhal med sesamstekt brokkoli servert med papadam og mangochutney

Basmatiris

125 g basmatiris

Indisk dhal

1 stk sjalottløk
1 stk tomat
½ pakke finkuttet ingefær, hvitløk og chili
1 glass butter chicken-paste
1 liten boks kokosmelk
125 g linsemiks
1 pakke grønnsaksbuljong
🏠 2 dl vann

Sesamstekt brokkoli

½ stk brokkoli
½ pakke finkuttet ingefær, hvitløk og chili
1 pakke sesamfrø

Tilbehør

½ pakke papadams
1 bunt koriander
1 glass mangochutney

🏠 olje
🏠 salt

- 1 Varm opp stekeovnen til 250 grader.
- 2 **Basmatiris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 3 **Indisk dhal:** Skrell og finhakk sjalottløken. Skyll og del tomaten i terninger. Varm opp en stor kjele til middels varme, og ha i halve pakken med ingefærblending. Vend inn løken og tomaten, og stek i omtrent 3–4 minutter, eller til løken er blank. Bland inn butter chicken-pasten, og stek videre i omtrent 1 minutt. Tilsett kokosmelken, 2 dl vann, linsemiksen og grønnsaksbuljongen. La dhalen småkoke under lokk i 12–15 minutter. Spe på med mer vann hvis den skulle bli for tykk.
- 4 **Sesamstekt brokkoli:** Del brokkolien i mindre buketter, og skrell og del stilken i skiver. Varm opp stekepannen igjen til middels høy varme, og ha i resten av pakken med ingefærblending. Stek brokkolien og sesamfrøene i 2–3 minutter, eller til brokkolien er mør. Smak til med litt salt.
- 5 **Papadam:** Tilbered papadamene som anvist på pakken.
- 6 **Tilbehør:** Skyll og grovhakk korianderen. Topp dhalen med korianderen, og server papadamene og mangochutneyen til retten.

Tips fra kokken: Finhakk korianderstilkene, og stek dem sammen med løken for å få ekstra god smak på dhalen.