



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Butter chickpeas med spinat- og sitrussalat, basmatiris og korianderyoghurt

## Basmatiris

125 g basmatiris

## Butter chickpeas

1 pakke kikerter  
50 g spinat  
½ stk blomkål  
1 glass butter chicken-paste  
½ boks hakkede tomater  
2 dl matfløte

## Koriander- og limeyoghurt

½ bunt koriander  
150 g yoghurt naturell  
½ stk lime

## Spinat- og sitrussalat

50 g spinat  
1 stk appelsin  
½ bunt koriander  
½ stk lime

🏠 olje  
🏠 salt  
🏠 pepper  
🏠 olivenolje

- 1 Basmatiris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 2 Butter chickpeas:** Sil laken av kikertene, og skylldem i kaldt vann. Skyll spinaten i kaldt vann. Kutt blomkålen i buketter. Varm opp en kjele til høy varme, og ha i litt olje. Stek blomkålen i 2–3 minutter, til den har en gyllen stekeskorpe. Ha i butter chicken-pasten og stek videre et lite minutt. Vend inn de hakkede tomatene og la det småkoke i 3–4 minutter. Vend inn halvparten av spinaten, matfløten og kikertene, og kok opp (se tips).
- 3 Koriander- og limeyoghurt:** Skyll, tørk og finhakk korianderen. Ha yoghurten i en serveringsskål, og vend inn halvparten av korianderen. Skyll og tørk limen, og finriv limeskallet (kun det grønne) på et rivjern. Smak til yoghurten med limeskallet og saft fra halve limen.
- 4 Spinat- og sitrussalat:** Ha resten av spinaten i en skål. Skrell klementinen, og del den i terninger eller fileter. Bland klementinen og resten av korianderen med spinaten, og smak til med saften fra resten av limen, litt olivenolje, salt og pepper.
- 5 God middag!**

**Tips fra kokken:** Matfløten tåler et oppkok, men unngå at den koker kraftig eller over lengre tid, da kan den sprekke.