



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Rask rød curry med linser og spinat, basmatiris og multibrød

Ris

125 g basmatiris

Rød curry

380 g grønne linser
2 stk selleristenger
100 g spinat
1 stk gul løk
1 stk gulrot
1 pakke rød currypaste
1 pakke
grønnsaksbuljong
1 pakke finkuttet
ingefær, hvitløk og chili
1 stor boks kokosmelk

Tilbehør

2 stk rustikke multibrød
1 stk lime
1 bunt koriander
1 pakke hakkede
peanøtter

salt
pepper
olje

- 1 Varm opp stekeovnen til 230 grader varmluft.
- 2 **Ris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
- 3 **Rød curry:** Sil og skyl linsene. Skyll stangselleriene og spinaten. Skrell løken og gulroten. Kutt løken, gulroten og stangselleriene i små terninger. Varm opp en stor kjele til middels høy varme og ha i litt olje. Stek grønnsakene sammen med ønsket mengde av currypasten, grønnsaksbuljongen og den finkuttede ingefæren, hvitløken og chilien. La det frese i omtrent 1 minutt. Tilsett kokosmelken. Gi gryten et oppkok og la den småkoke på middels varme frem til servering.
- 4 **Rustikke multibrød:** Stek multibrødene som anvist på pakken.
- 5 **Servering:** Vend inn spinaten og de grønne linsene i currygryten, og smak til med litt saft fra limen, salt og pepper. Gi gryten et raskt oppkok. Skyll og grovhakk korianderen. Server currygryten med risen, multibrødene, korianderen og peanøttene. Kutt resten av limen i båter og server dem til retten.

Tips fra kokken: Har du en brødrister kan de rustikke multibrødene varmes i den.