



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

# Kylling biriyani med kål og gulerødder

## Det skal du bruge

1 stk løg  
1 fed hvidløg  
150 g coleslaw-blanding  
1 dåse hakkede tomater  
1 pose grøntsagsbouillon  
135 g basmatiris  
1 pose karry  
2 tsk ras el hanout  
300 g kyllingeinderfilet  
½ pose koriander, frisk  
1 dl yoghurt naturel

## Du skal selv have:

Salt

## Fremgangsmåde

- 1 Pil løg og hvidløg. Hak løget groft og pres hvidløg.
- 2 **Biriyani:** Kom coleslaw i bunden af en gryde med plads til alle ingredienser. Tilsæt derefter løg, hvidløg, hakket tomat, bouillon, ris, karry, ras el hanout, kylling, 5 dl vand og lidt salt. Bring i kog og kog i ca. 20-25 min. med låg ved medium varme. Rør i den halvejs.
- 3 Hak koriander. Servér biriyani'en med yoghurt og drys med koriander.

## Allergener

Laktose, Mælk

## Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



## Næringsværdier

Energi pr. portion:	2.523 kj / 603 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	11,1 g
heraf mættede fedtsyrer	2,7 g
Kulhydrat	77,3 g
heraf sukkerarter	19,3 g
Protein	48,5 g
Salt	1,5 g
Kostfibre	5,9 g