

Vegetarisk Jalfrezi (1 personer)

Forberedelse

Basmatiris tilberedes etter anvisning på forpakningen, sammen med safran. Potetene deles i fire deler, og kokes ferdig i saltet vann til de er ferdig. Slå av vannet. Del blomkålen i buketter. Fres curry pastaen med paprika og løk. Slå over kokosnøttmelken. Legg i blomkål og potet, la småkoke under lokk i 5-10 minutter til blomkålen er myk. Sped eventuelt ut med vann. Smaksett med limesaft, salt og pepper. Serveres sammen med Basmatiris med safran, raita, mango chutney og nanbrød!



Produkter

Patak's Jalfrezi Saus	0,10 l	
Kokosmelk Premium 75%	0,07 l	
Limejuice ReaLime	0,005 l	
Basmatiris	0,05 kg	enten
Couscous med Krydder *(Gluten,Hvete gluten,Selleri,kan inneholde spor av Egg,Melk,Nøtter,Kasjunøtter)	0,050 kg	eller
Kyllingfond *(Selleri)	0,001 l	
Artisjokk antipasta	0,040 kg	
Poteter	0 kg	
Blomkålhoder	0,3 st	
Paprika Rød Grillet	0,04 kg	
Løk, strimlet	0,5 stk	



HAUGEN-GRUPPEN

Fersk koriander

2 g

**Allergener*