HAUGEN-GRUPPEN

Grønnsaksmiks Bollywood style (1 personer)

Forberedelse



Fres løk, og hvitløk i oljen. Tilsett gulrot og potet, sammen med Curry Paste og sitronsaft. Hell på litt vann, og kok det hele i ca 20 minutter. Tilsett blomkål, semi dried tomater og brokkoli, og kok lett noen minutter til, til alt er ferdig. Smak til med kyllingfond og koriander.

Tips: Kan serveres som en enkeltstående vegetarrett, eller som tilbehør til tandorriretter eller andre retter, med kylling, lam, sjømat eller grønnsaker.

Produkter

Curry Paste Mild *(Sennep,kan inneholde spor av Nøtter,Mandler,Peanøtter)	0,01 kg	
Kyllingfond *(Selleri)	0,002 l	Blandes ut med vann
Olivenolje	0,001 l	
Paradiso Semi Dried Tomater	0,015 kg	
Realemon Sitronsaft	10 ml	
Hvitløk, hakket	3 g	
Løk, strimlet	30 g	
Gulrot, strimlet	20 g	
Poteter, skiver	20 g	
Vann	0,1 dl	
Blomkål, kuttet	20 g	
Brokkoli, kuttet	20 g	
Koriander	3 g	

*Allergener