



Madras (1 personer)

Forberedelse

Lam eller kylling kuttes i avlange stykker, ikke så store, slik at marinaden gjør nytten for seg. Rør sammen Currypaste, Sambal Oelek og limesaft. Kjøttet /scampiene kuttes, og marineres i 1-2 timer, eller mer (gjærne over natten). Beregn nok marinade til at alt dekkes over. Løk freses sammen med fersk hvitløk og ingefær, samt Sambal Oelek. Løken skal få en lett gyllen farge. Tilsett Currypaste, litt vann, og Diced Tomatoes. Kokes ca 30 min. til sausen er redusert og har satt seg. Tilsett mer vann ved for tørr saus. Tilsett Kokosnøttmelk helt til slutt for et mer kremet resultat. Smak til med mer Sambal Oelek for et mer hot resultat. Kjøttet /scampiene stekes lett i panne med olje. Saltes. Den oppvarmede sausen helles over kjøttet like før servering. Serveres sammen med Basmatiris med safran, raita, mango chutney og nanbrød!



Produkter

Curry Paste Mild *(Sennep,kan inneholde spor av Nøtter,Mandler,Peanøtter)	0,025 kg
Limejuice RealLime	0,005 l
Kokosmelk *(kan inneholde spor av Nøtter,Mandler,Peanøtter)	0,025 l
Heinz Diced Tomatoes	0,025 kg
Sambal Oelek	0,002 kg
Black Tiger Scampispyd RPDTO 41/55	0,15 kg
Lam	0,15 kg
Kyllingfilet	0,15 kg
Løk, kuttet	0,1 kg
Ingefær, hakket	0,05 dl
Hvitløk, hakket	0,025 dl
Kyllingfond *(Selleri)	0,005 l (Blandes ut med vann)



HAUGEN-GRUPPEN

Basmatiris	0,05
	kg
Patak's Raita	50 g
Sweet Mango Chutney *(kan inneholde spor av	0,05
Nøtter, Hasselnøtter, Kasjunøtter, Macademiannøtter, Mandler, Pakaøtter, Peanøtter, Pekannøtter, Pistasienøtter, Valnøtter, Sennep)	
Nanbrød *(Gluten, Hvete gluten)	65 g

**Allergener*