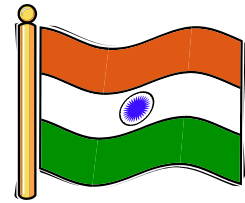


Indisk karry med ris



½ løk
smør til steiking
2 båter/fedd hvitløk
3 ts karrykrydder
2 ts garam masala
300 gram kjøttdeig

1 dl vann
2 dl matfløte
2 dl lettmelk
2 ss tomatpuré
½ ts sukker
½ ts salt
¼ ts pepper



Slik gjør du:

1. Skjær løken og hvitløken i **små** biter.
2. Ta 1 ts smør i panna og steik, løk, hvitløk og kjøttdeigen.
3. Når dette er ferdig steikt, heller du den over i en mellomstor gryte.
4. Ta 3 ts karri og 1 ts garam masala i gryta (snakk med de andre på gruppa om dere liker sterk mat, du kan ta litt mindre krydder eller litt mer)
5. Hell oppi 2 dl lettmelk og 2 dl matfløte i kjøttblandinga.
6. Bland sammen vann, tomatpuré, salt og pepper i shakeren. Rist godt.
7. Hell dette over i gryta.
8. La hele gryteretten koke i 5 -10 minutter på svak varme.

Ris

6 dl vann
1 ts salt
3 dl ris



Slik gjør du:

1. Kok opp vann og salt i en mellomstor gryte.
2. Vask risen, bruk sikten til å skylle.
3. Når vannet koker heller du oppi risen, rør i risen med ei tresleiv.
4. La risen koke under lokk i 15-20 min, alt vannet skal koke bort (ikke rør i risen under koking, da blir den klissete)

SERVERES MED SALAT ☺