



Butter chicken med hjertesalat m. mango, forårsløg og agurk 4 personer

Læs opskriften godt igennem og find diverse ting frem som ildfaste fade, tærteform, skåle osv. Afmål evt. krydderier, mel, sukker osv. så de er klar til at blive puttet i.

600 g kyllingfilet

Marinade

*3 dl yoghurt med høj fedtprocent, ex. græsk/tyrkisk yoghurt 10%
2 fed hvidløg, finthakket
1 spsk frisk ingefær, fintrevet ca. 2-3 cm
2 spsk citronsaft
1 tsk stødt gurkemeje
1 tsk stødt spidskommen
1 tsk stødt koriander
1 tsk paprika
3 tsk garam masala
1/4 tsk cayennepeber
Salt/peber*

Sauce

*2 spsk smør, eller olie
2 dl tomat passata, købes på dåse eller flaske
Evt. en hønseboullionterning
Salt/peber
2 dl madlavningsfløde 18%, eller piskefløde*

1. Skær kyllingefilleterne i grove tern.
2. Rør alle ingredienserne til marinaden sammen og hæld den i en plastpose.
3. Kom kyllingeternen i pose, luk posen og fordel marinaden godt omkring kyllingen.
4. Kom posen på køl i min. 3 timer - allerhelst natten over.
5. Smelt smørret i en varm gryde og tilsæt kylling + marinaden. Steg det hele under omrøring i 2-3 minutter (hvis varmen er for høj og det begynder at koge, vil saucen skille pga. yoghurten)
6. Tilsæt tomat passata, salt og peber og lad det hele simre ved svag varme i ca. 15-20 minutter.
7. Tjek kyllingen undervejs - den må ikke blive tør.
8. Smag retten til med salt/krydderier.
9. Tilsæt madlavningsfløde og lad det hele koge igennem i ca. 1 minut.
10. Server med ris, nødder, naanbrød og yoghurt



Sprød salat

1/2-1 rød spidskål

4 appelsiner

1 granatæble

1 dl. græskarkerner

2 spsk. olie

1 spsk. æbleeddike eller hvidvinseddike

1. Græskarkerner ristes på en pande
2. Snit kålen fint
3. Kernerne skræbes fri af granatæblet
4. Appelsinerne skæres i tern eller halve skiver
5. Dressing piskes

Sauce

2-3 spsk. hvedemel

1 dl. piskefløde

1 spsk. ribsgele

4 dl. stegesky fra forloren hare

40 gr. smør

Sovsekulør

1. Smørret smeltes i en gryde
2. Melet røres ud i det smeltede smør
3. Tilsæt stegeskyen lidt ad gangen, imens der røres godt rundt
4. Smag til med ribsgele og fløde
5. Tilsæt sovsekulør, til den får den rette kulør.