

Karryris med majs

- og avokado



*Indisk
inspireret*

Perfekt som tilbehør

- til de fleste retter

INGREDIENSER

Del 1:

200g blomkål
1 tsk. karrypulver
1/2-1 tsk. gurkemeje pulver
1 fed hvidløg
1/4 avokado
1/2 tsk. spidskommen
Evt. lidt saffron

Del 2:

1 forårsløg
60g friske søde majs
3 ringe rød peber
Lidt frisk koriander (eller persille)

Valgfrit

Lidt rød chili

INSTRUKTION:

Tilberedning del 1: Put ingredienserne fra del 1 i en foodprocessor, og mix til det har rislignende størrelse. Put det i en skål.

Tilberedning del 2: Hak forårsløget, koriander og den røde peber, samt evt. lidt frisk rød chili fint, og tilføj det til skålen. Skær de friske majs af kolben, og bland også dem sammen med 'karryrisene' og de finthakkede grøntsager. Bland godt.

Frysning: Put det hele i en pose eller en beholder, og frys det nogle timer eller natten over, så det er helt frossent. Tø det op igen.

Anretning: Put de optøede 'karryris' i en lille rund skål, og pres dem godt ned i bunden

Karryris med majs

- fortsat

med bagsiden af en ske. Vend bunden i vejret på skålen, så risklumpen falder ud og lander på en tallerken, som en pæn kuppel. Dekorér med koriander på toppen.

Salaten: Skær avokadoen i tern, og placer dem ved siden af 'karryrisene'. Hak lidt koriander, og drys det over avokadoen sammen med cashewnødderne. Så er der serveret.

INGREDIENSER

Salaten:

3/4-1 avokado

5-10 cashewnødder

*Indisk
inspireret*

