

Thai karry med kokos

- og squash nudler



*Thai
inspireret*

Thai karry med kokos

Verdens bedste sovs! *- en klar favorit*

INGREDIENSER INSTRUKTION:

1 gulerod
1/2 rød peberfrugt
1 håndfuld babyspinat
1 håndfuld frisk koriander
1 lille squash

Forberedelse: Skræl guleroden, og skær den i 3-4 cm lange stænger. Skær peberfrugten i lignende aflange stykker. Frys begge dele, samt spinaten i nogle timer.

Sovsen:
1/2 ung kokosnød* (50g blødt
kokoskød)
Saften fra 1/4 appelsin
1/3 forårsløg
3 små dadler eller 2 store
1/2 fed hvidløg
1/2-1 tsk. medium karry
1 tsk. tørret koriander
1x1 cm ingefær
1/2 glas vand

Tilberedning: Hak den optøede spinat groft, og put den i en skål sammen med de optøede gulerods- og peberfrugtstænger. Skræl squashen, og lav squashnudler med en spiralizer. Bland squashnudlerne med grøntsagerne i den skål, de skal serveres i.

Sovsen: Put det bløde kokoskød i en blender sammen med alle de resterende ingredienser til sovsen. Blend det hele, indtil du får en cremet sovs. Hæld sovsen over grøntsagerne, og dekorér med koriander på toppen. Så er der serveret!