



Billedet kan afvige noget fra den virkelige ret.

# Kerala kylling med banan og sorte ris

*\*Tallet i parentes er til dig, der har bestilt ekstra protein.*

## Det skal du bruge

125 g sorte ris  
1 stk løg  
2 stk gulerødder  
1½ tsk karry  
½ tsk chiliflager  
1 tsk paprika  
½ pose spidskommen  
300 (420)\* g kyllingeinderfilet  
1 pose kokoscreme  
2 tsk honning  
½ pose hønsbouillon  
1 stk banan  
½ pk mynte, frisk  
1½ dl vand <sup>b</sup>

## Det skal du selv have

salt <sup>b</sup>  
peber <sup>b</sup>  
olie <sup>b</sup>

<sup>b</sup> basisvare

1. **Ris:** Kog risene som anvist på posen.
2. Pil løg, halvér og skær i tynde både. Skræl gulerødderne og skær i skiver på ca ½ cm.
3. Bland karry, chili, paprika, spidskommen, salt og peber i en pose. Læg kyllingen i posen og fordel krydderierne godt.
4. Varm lidt olie op i en gryde og steg kyllingen til den har fået farve.
5. Tilsæt løg, gulerod, kokoscreme, honning, bouillon og vand. Lad det simre under låg i 12 min.
6. Skær banan i skiver. Skyl mynte og hak groft.
7. Drys mynte og banan over kyllingen og servér med ris til.