



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Kycklinggryta med aubergine, spiskummin, kokos och chili

Till servering

Bulgur 125 g

Kycklinggryta

Gul lök 1 st
Vitlök 2 klyftor
Röd chili 1 st
Aubergine 1 st
Kycklinglårfile 300 g
● Salt ½ tsk
Riven ingefära 1 förp
Spiskummin 1 förp
● Vatten 1 ½ dl
Coconut cream 1 förp
Kycklingbuljong 1 påse
Koriander 20 g

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Svartpeppar,
Vatten

1. Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen.
2. **Förberedelse kycklinggryta:** Klyfta gul lök. Finhacka vitlök och strimla röd chili. Tärna aubergine. Skär kycklinglårfile i mindre bitar, ca 4 per file.
3. **Kycklinggryta:** Hetta upp olja i en stekgryta. Stek kycklinglårfile och aubergine ca 4 min, krydda med salt. Tillsätt lök, vitlök och röd chili. Låt fräsa ytterligare ca 3 min. Tillsätt riven ingefära, spiskummin, vatten, coconut cream och kycklingbuljong. Låt sjuda ca 8 min.
4. Grovhacka koriander. Dra grytan från värmen och blanda ner koriander. Smaka av med salt och nymald svartpeppar.
5. Servera kycklinggryta med bulgur.