



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

# Kylling i karry med fuldkornsris

## Ris

135 g fuldkornsris

## Karrysauce

1 stk løg

1½ pose karry

1½ dl piskefløde

½ pose majsstivelse

1 pose hønsbouillon

1½ dl vand <sup>b</sup>

## Kylling

330 g kyllingeinderfilet

## Salat

1 stk æble

100 g salatmix toscana

1 spsk lys balsamico

½ spsk olivenolie <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. Karrysauce:** Pil og hak løg. Varm en gryde op med lidt olie. Steg løgene et par min. og tilsæt karry. Tilfør fløde og kog det op stille og roligt. Bland imens majsstivelse og bouillon med vand til en jævn konsistens. Kom det i under omrøring og lad det koge 3-5 min. Smag til med salt og peber.
- 3. Kylling:** Skær kyllingen i mindre stykker. Varm en stegepande op med lidt olie. Steg stykkerne et par min. og kom dem op i saucen. Kog saucen yderligere 2-3 min.
- 4. Salat:** Skær æblet i tern og bland det med salaten. Mix balsamico, olivenolie og lidt salt og vend i salaten.
- 5. Servér** kylling i karry med ris og salat.