



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Chana masala med kikærter og linser

Det skal du bruge

135 g basmatiris
½ stk løg
1 fed hvidløg
1 stk squash
1 pose karry
1 tsk spidskommen
½ pose grøntsagsbouillon
½ dåse hakkede tomater
1 dl røde linser
½ dåse kikærter
50 g babyspinat

Det skal du selv have

olie ^b
peber ^b
salt ^b

^b basisvare

1. **Ris:** Kog risene som anvist på posen.
2. **Grønt:** Pil og hak løg og hvidløg fint. Skræl og riv ingefær. Skyl og skær squash i mundrette stykker.
3. **Chana masala:** Sæt en gryde over med lidt olie og svits løg og hvidløg i ca. 2 min uden de tager farve. Tilsæt karry, spidskommen og ingefær og steg videre i 1 min. Tilsæt bouillon, 2 dl vand, hakkede tomater, linser og squash og kog i ca. 20 min. Tilsæt evt. lidt ekstra vand, hvis det koger for tørt.
4. Hæld lagen fra kikærterne og tilsæt dem sammen med spinat de sidste 3 min. af kogetiden. Smag til med salt.
5. Servér chana masala sammen med ris