



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Palak chicken med färsk spenat, tomat och basmatiris

Palak chicken

Gul lök 1 st
 ● Olja 1 tsk
 Kycklingfilé strimlad 300 g
 Vitlök 1 klyfta
 Garam masala ½ förp
 Tomatpuré 1 förp
 Chili flakes ½ tsk
 ● Salt ½ tsk
 Tomat 2 st
 ● Vatten 1 ½ dl
 Vispgrädde 1 dl
 Babyspenat 50 g
 ● Socker 1 tsk

Till servering

Basmatiris 135 g

Att ha hemma ●

Olja, Salt, Socker, Vatten

1. Koka basmatiris enligt anvisning på förpackningen.
2. **Palak chicken:** Skiva gul lök. Hetta upp lite neutral olja i en stekgryta och stek strimlad kyckling och gul lök ca 2 min. Tillsätt pressad vitlök, garam masala, tomatpuré, chili flakes, salt och fräs ytterligare ca 3 min under omrörning.
3. Tärna tomater. Tillsätt tomat, grädde, vatten och socker. Låt sjuda på medelhög värme ca 5 min tills kycklingen är helt genomstekt. Rör ner babyspenat. Dra från värmen, smaka av med salt.
4. Servera palak chicken med nykokt ris.

TIPS! Smaka av med önskad mängd chili flakes för lagom hetta!