



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Black bean curry med jordnötter, mango och koriander

### Black bean curry

Mango 1 st  
Bananschalottenlök 1 st  
Vitlök 1 klyfta  
Svarta bönor, 380g 1 förp  
Curry 1 förp  
Krossade tomater 1 förp  
Coconut cream 1 förp  
● Vatten 1 dl  
Grönsaksbuljong 1 förp  
Lime ½ st  
Chili flakes

### Sallad

Mixsallad 50 g  
Vitvinsvinäger 15ml ½ påse  
Chili flakes

### Till servering

Bulgur 125 g  
Koriander 20 g  
Hackade jordnötter 1 förp

### Att ha hemma ●

Olja, Salt, Vatten

- 1. Förberedelser:** Skala och tärna mango. Finhacka bananschalottenlök och vitlök. Häll av och skölj svarta bönor.
- 2.** Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen.
- 3. Black bean curry:** Hetta upp lite olja i en stekgryta. Fräs lök, vitlök och curry ca 2 min. Tillsätt krossade tomater, svarta bönor, coconut cream, vatten och grönsaksbuljong. Sjud ca 5 min.
- 4.** Skölj limen i ljummet vatten och finriv skalet. Tillsätt limeskal och pressad limesaft till grytan. Sjud ca 2 min. Blanda ner mango. Smaka av med lite salt och chili flakes.
- 5. Sallad:** Lägg mixsallad i en salladsskål och blanda med lite vitvinsvinäger, chili flakes och salt.
- 6.** Toppa grytan med koriander och hackade jordnötter. Servera med bulgur och sallad.