



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 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 30 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:** Dela kyckling minutfilé i bitar. Skiva gul lök. Hetta upp lite neutral olja i en stekgryta och stek 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.