

inköpslistan.se

Av: Marika

4 port

Övrigt, Huvudrätt, Vegetariska

CHANA MASALA

Ingredienser

8 dl kikärtor, torkade
(blötlagda och kokade)
3 msk olivolja
(annan olja går också bra)
3 st lök, gul *(finhackade)*
2 klyftor vitlök *(finhackade)*
1 msk koriander
1 msk spiskummin
1 tsk garam masala
1 krm chilipulver
1 tsk gurkmeja
1 tsk salt
1 st tomat *(hackad)*
2,5 cm ingefära, färsk *(finhackad)*
2 msk tomatpuré *(kan ökas till 3 msk)*
1,5 dl grädde, matlagning
(kokosmjölk går också bra)

Gör så här

1. Se till att kikärtorna är klara innan du börjar med masalan. Kikärtor på burk funkar, men allra godast blir det med torkade som man kokar själv.
2. Stek den finhackade löken i oljan på ganska hög värme tills den är brun i färgen utan att vara bränd. Blanda i vitlöken och stek.
3.Tillsätt de torkade kryddorna och blanda sedan i tomaten och ingefäran. Häll i lite vatten, ca 0,5dl.
4. Låt puttra under lock en stund till en tjock massa.
5. Tillsätt tomatpure'n och grädden, rör om ordentligt och blanda i kikärtorna.
6.Späd med vatten tills den blir lagom tjock, tillsätt lite färsk koriander om du tycker om det och låt puttra under lock ca 15 min.