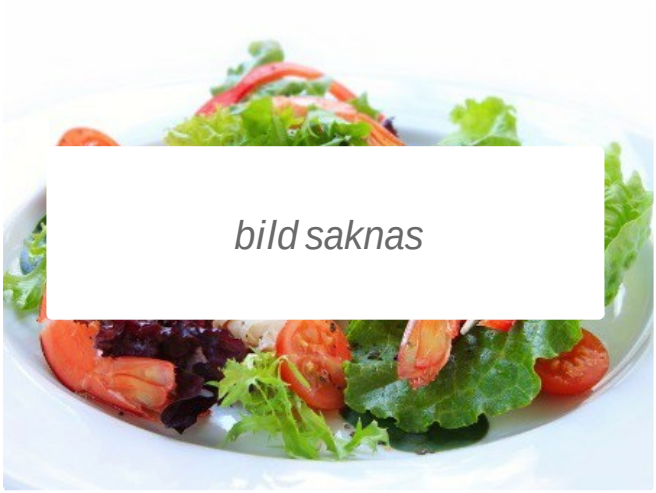


inköpslistan.se

Av: Eva Gullstrand

- 4 port
- Skaldjur, Huvudrätt

SKALDJUR I HET SÅS V.V. 5P

Ingredienser

2 dl räkor *(2p)*
2 dl kräftstjärtar *(2p)*
1 st scharlottenlök *(0p)*
1 klyfta vitlök *(0p)*
1 bit squash *(0p)*
1/2 st chili, röd *(0p)*
1 tsk olivolja *(1p)*
2 tsk ingefära, färsk *(riven 0p)*
2 krm sambal oelek *(0p)*
1/2 dl buljong, fisk *(0p)*
2 dl kokosmjölk *(max 6% 4p)*
3 st ananas, skivor *(1,5p)*
limejuice
6 dl ris *(10p)*

Gör så här

Skala och finhacka lök och vitlök. Skär squashen i skivor och dela dem på mitten. Kärna ur chilin och strimla den.
Fräs lök och vitlök i olja. Rör i ingefära, sambal olek, squash och chili. Fräs alltsammans under omrörning en kort stund. Häll på buljong och kokosmjölk, låt röran puttra ett par minuter. Smaka av med salt, peppar och limejuice.
Blanda ner räkor, kräftstjärtar och annanas i bitar, låt allt bli varmt.
Servera med ris.