



- ▮ 4 port
- ▮ Grönsaker, Huvudrätt, Vegetariska, Gryta, Vardag, Koka

VEGETARISK KORMA - BUFFÉ

Ingredienser ▮

1 st lök, gul
 1 huvud blomkål (800 g)
 100 g champinjon
 1 tsk kardemumma
 1 msk spiskummin
 100 g smör
 1/2 dl russin
 1 msk gurkmeja
 1/2 msk socker
 1,5 tsk salt
 1,5 dl vatten
 1,5 dl havregrädde
 2,5 dl mandelmjöl
 1,5 dl kokosflingor
 4 dl oatly creme fraiche
 1 kruka koriander

Gör så här ▮

1. Skala och finhacka löken. Ansa och skär blomkålen i små buketter. Skär champinjonerna i kvartar.
2. Stöt kardemumma och spiskummin, om kryddorna är hela, i en mortel.
3. Smält smöret i stor stekpanna eller wok. Fräs lök med kardemumma och spiskummin 2 minuter i smöret. Tillsätt blomkål, champinjoner, russin, gurkmeja, socker och salt. Rör om och låt fräsa under lock 5–7 minuter. Rör då och då.
4. Blanda ner vatten, grädde, mandelmjöl och kokos. Låt koka ca 2 minuter utan lock.
5. Rör ner yoghurten och den hackade koriandern. Låt sjuda 1 minut under lock.
6. Servera grytan med ris och gärna naanbröd.