

Mad der bare holder

- direkte fra glas



Vi lægger vægt på at bruge ærlige råvarer, at lave maden fra bunden af og så bruger vi ingen tilsætningsstoffer

www.detholder.dk

Facebook: Mad Der Bare Holder

Instagram: mad_der_bare_holder

Indiske kikærter med kartofler

Mættende og proteinrig ret. Mange smagsindtryk fra de mange krydderier, og et stærkt touch fra chili

Tilberedning

Indhold fra glas kommer i en gryde og varmes langsomt op. Sauce skal evt. jævnes med 2-4 spsk. majsstivelse per glas, oprørt i lidt koldt vand. Tilsættes lidt af gangen under omrøring. Tykner først når retten koger

OBS: Der skal bruges 2 friske æg, per 2 portioner, der laves til rørag og blandes i den varme ret, før den serveres

Kan anrettes fint på et fad med friske agurkestykker rundt om og frisk koriander på toppen.

Et groft brød til er perfekt

Retten kan forlænges ved at tilsætte yderligere kogte kartofler i tern

Ingredienser:

Tørrede kikærter opblødt i vand, friske kartofler skåret i tern, hakkede tomater, hvidløg maste og finthakkede, friskrevet ingefær, korianderfrø ristet på panden og knust i morter, hel spidskommen, risten på panden og knust i morter, chili, skåret i tynde ringe, frisk limesaft, karry, soya, salt

Sikkerhed:

Indholdet i glasset er varmebehandlet undertryk og kan derfor opbevares ved stuetemperatur mindst 1 år fra produktions dato.

Før anvendelse, tjek at låget fortsat buler nedad i glasset og er hårdt at trykke på. Kan låget "klikke" når der trykkes på det, skal glasset kasseres