



Omenacurry

Aineet: 2 rkl vahvaa currya
iso omena (mieluiten makeaa laatua)
2 isoa porkkanaa
pieni sipuli
pieni kesäkurpitsa
2 pientä purkkia tomaattipyrettä (yht. 140 g)
7 dl keitettyjä kikkapuja
purkki maissia (n. 300 g)
2 tl curried fruit chutney:a (ei ehdoton ainesosa)
mausteeksi:
mustapippuria
murskattua valkosipulia
suolaa maun mukaan

Valmistus: 1) Kuori ja raasta omena ja porkkanat.

2) Laita korkeareunaiseen kasariin tai paistinpannulle 2 dl vettä. Lisää curryjauhe ja kiehuta currya vedessä niin kauan, että vedestä on huvennut puolet ja curry on kokonaan sekoittunut veteen.

3) Lisää omena- ja porkkanaraasteet pannulle. Sekoita kunnolla curryn kanssa ja anna hautua kannen alla.

4) Kuori ja paloittele sipuli suikaleiksi. Lisää pannulle. Lisää tomaattipyre, maissit (valuta suolavesi ensin pois), chutney ja kikkavut.

5) Mausta mustapippurilla, valkosipulilla ja suolalla.

6) Viipaloi kesäkurpitsa ja asettele viipaleet kypsymään muun ruoan päälle. Ruoka on valmis, kun viipaleet ovat kypsiä.

tarjolle:

vihersalaattia

tummaa leipää

ruokajuomaksi:

vettä

riittää:

kahdelle nälkäiselle tai kolmelle ei niin nälkäiselle