



Broilerin fileerulla omena-curryssa

Aineet: 1 broilerin fileerulla
Omena-currykastike:
25 g voita tai margariinia
1 tl currya
2 rkl vehnä jauhoja
1 sipuli hienonnettuna
1 omena raasteena
2,5 dl vettä
1 kanaliemikuutio
1/2 tl valkopippuria
1 rkl persiljasilppua
1/2 dl kermaa

Valmistus: Ota fileerulla pois pakkauksesta ja varmista, että paistovahdin päällä ei ole verkkopussin narua. Laita rulla uunivuokaan. Kypsennä 175 asteessa noin 1,5 tuntia, kunnes paistovahti nousee ylös. Anna lihan jäähtyä noin 5 minuuttia ja poista verkko liharullan ympäriltä.

Valmista kastike:

Sulata rasva kattilassa ja siihen curry ja vehnä jauhot. Anna kiehahtaa. Lisää joukkoon hienonnettu sipuli ja omenaraaste. Hauduta hetki sekoittaen. Lisää vesi koko ajan sekoittaen, sekä kanaliemikuutio ja mausteet. Anna kiehua noin 5 minuuttia. Tarkista maku ja lisää tarvittaessa mausteita, sekä persiljasilppu ja halutessasi kermaa. Broilerin fileerulla on hyvää myös kylmänä leikkeenä ja se sopii salaatteihin ja erilaisiin kuorrutuksiin. Tarjoa curryllä värjätyn keltaisen riisin kanssa.