

GRUPPE 1

Kartoffelcurry med fladbrød  
og chutney

# Rabarberchutney /æblechutney

## Det skal I bruge

250 g rabarber eller æbler  
3 cm ingefær  
1 løg  
50 g sukker  
1 dl eddike  
1 dl vand  
tørrede chiliflager  
efter behag

## Sådan gør I

Rens rabarberen, eller skræl æblerne og fjern kernehuset.

Skær rabarberen eller æblerne i grove stykker.

Skræl ingefæren, og riv den fint.

Skræl løget, og hak det groft.

Kom rabarber eller æbler, løg og sukker, eddike, vand, ingefær og krydderier i en gryde, og lad det simre i ca. 20 minutter, til frugten er kogt ud.

Smag til med salt, eddike og evt. mere chili og ingefær.



## Kartoffelcurry med fladbrød og chutney

# Naanbrød

### Det skal I bruge

400 g hvedemel  
2 tsk. salt  
1,5 tsk. bagepulver  
0,5 tsk. natron  
2 tsk. sukker  
1 dl vand  
200 ml græsk yoghurt  
olie til stegning

### Sådan gør I

Kom mel, salt, bagepulver, natron og sukker i en skål, og rør det sammen.

Kom vand og yoghurt i samme skål og rør, indtil du har en sammenhængende og let klistret dej.

Kom lidt mel ud på bordet, og ælt dejen en smule. Den skal stadig være våd og lidt klistret.

Del dejen i 10 portioner.

Rul dem tyndt ud. De vil hæve på panden, så det er vigtigt, at de kun er 2-3 mm tykke.

Sæt en pande på blusset, og skru op for middelhøj varme. Kom lidt olie på panden, og steg brødene ét ad gangen, indtil de er flotte og gyldne på begge sider.

Kom brødet ind i et rent viskestykke, så de holder sig lune.

Pensl evt. brødene med lidt god olivenolie inden servering.



## Kartoffelcurry med fladbrød og chutney

# Garam masala

### Det skal I bruge

Giver ca. ½ dl.

5 kardemommekapsler  
1 spsk. hel spidskommen  
1 spsk. korianderfrø  
½ spsk. peberkorn  
½ spsk. nelliker  
1 tsk. fennikelfrø  
½ kanelstang  
1 stjerneanis  
1 knivspids muskatnød  
½ tsk. cayennepeber

### Sådan gør I

Mas kardemommekapslerne med bagsiden af en ske, og pil de sorte frø ud. Kassér skallerne.

Rist alle de hele krydderier på panden i et par minutter på en tør pande, til de begynder at dufte.

Stød dem i en krydderikværn eller en morter til et fint pulver, og bland med fintrevet muskatnød og cayennepeber.

Opbevar krydderblandingen i et lufttæt beholder.



## Kartoffelcurry med fladbrød og chutney

# Kartoffelcurry

### Det skal I bruge

4 løg  
4 spsk. garam masala  
1 kg hakkede tomater  
på dåse  
400 g kokosmælk  
1 kg kartofler  
300 g grønkål eller andet  
kål (i sommerhalvåret kan  
der bruges spinat)  
4 dl vand  
3 cm ingefær  
2 tsk. sukker  
1 citron  
salt  
peber  
olie til stegning

### Sådan gør I

Pil løgene, og hak dem fint. Lad dem stege i en gryde med olie ved middel varme i 5-10 minutter, til de er glasklare.

Tilsæt garam masala, og steg et minut under omrøring. Tilsæt de hakkede tomater og kokosmælk. Krydr med salt, peber og sukker, og lad curryen simre i mindst 10 minutter ved svag varme med låget på klem.

Skrub kartoflerne, og skær dem i mindre stykker.

Pluk grønkålsbladene fra stokken, og kom dem i en skål for sig selv. Snit grønkålstokken fint og kom dem i curryen sammen med kartoffelstykkerne og 4 dl vand.

Lad curryen koge i yderligere 20-30 minutter uden låg, til kartoflerne er helt møre, og retten er kogt sammen og tyknet.

Skræl ingefæren med en ske. Scan QR-koden og se hvordan. Riv ingefæren fint på et rivejern, og tilsæt til curryen.

Tilsæt kålbladene de sidste 5 minutter, så bladene lige akkurat falder sammen.

Smag til med salt og lidt frisk citronsaft inden servering.



GRUPPE 2

Kartoffelcurry med fladbrød  
og chutney

## Ristede mandler

### Det skal I bruge

#### Ristede mandler

100 g mandler

### Sådan gør I

Kom mandler på en bageplade, og rist dem i ovnen ved 150 grader i ca. 10 minutter.

Hak dem groft og gem til servering.



