

Andebryst i gul karry

Mandag 25. Januar 2016

Ingredienser

2 andebryster
1 stort rødløg
2 fed hvidløg
ca. 1 spsk. gul thai karry
1 dåse kokosmælk
2 limeblade
2 peberfrugter i forskellige farver
200 gr. Cherrytomater
Olie
Salt, peber

Ris

4 dl. Ris
6 dl. Vand
Olie til stegning af risene

Salat

200 gr. Rosenkål
1 appelsin
50 gr. Hasselnødder

Fremgangsmåde.

Skær fedtet af andebrystet og skær det i strimler.
Krydr det med salt og peber og steg det i ovnen v. 200 grader så alt fedtet er stegt væk.

Kødet skæres i skiver, rødløg og hvidløg skæres i skiver.

Varm olien op i en gryde.

Kom andebryst, løg og hvidløg i og lad det svitse et kort øjeblik, tilsæt kokosmælk og smuldrede limeblade.

Kog i 2 minutter, kom peberfrugtstrimler i.

Kog et par minutter til sidst kommes cherrytomaterne i.

Smag til med salt, peber evt. lidt mere karry.

Det sprødstegete skind lægges henover lige før servering

Ris

Kog risene i 20 minutter, skyl dem og lad dem dryppe af.

Varm olien op og steg risene i nogle minutter.

Salat

Rist nødderne i ovnen 6-7 minutter, gnid skallerne af.

Rosenkålene snittes **ultra** tyndt, skallen skæres af appelsinen og fileterne af appelsinen skæres ud.

Saften bruges til dressing og nødderne blandes i til sidst.