

Mild thailandsk blomkålsgryde

2-3 spsk. rapsolie
2 små løg i tern
3 gulerødder i skiver
1-2 håndfulde blomkålsbuketter
1 håndfuld broccolibuketter
1 stk. mellemstor rød peberfrugt i tern
2 stk. blegselleri, skåret i skiver
saften fra ½ øko. citron
2 1/2 dl. grønsagsbouillon evt. 2 terninger
3 spsk. soja sauce
2 ½ dl. kokosmælk
1½ tsk. salt
1 tsk. karry

Alle grøntsagerne sautes på en pande med rapsolie og krydderier. Citron, kokosmælk og bouillon tilsættes efter 5-8 min. og det hele koges godt igennem. Tilsæt 1-2 spsk. maizenamel til jævning.

Tilsæt ½ dåse kikærter og lad dem koge med de sidste 3 min. Server blomkålsgryden sammen med ris eller pasta, drysset med friske forårsløg skåret i tynde ringe.

Velbekomme.

