



Marokkanske gulerødder

Server de krydrede gulerødder til lam, fjerkræ eller oksekød eller kom dem i en blandet salat.



Bedøm opskrift



30 min



Jan – Dec



Dagligt grønt



Lav på gluten



Lav på laktose



Vegetar

Ingredienser

4 pers.

6 store gulerødder

2 fed hvidløg

3 ½ cm frisk ingefær

1 spsk mørke sennepsfrø

5 spsk vand

2 spsk hvidvinseddike

1 spsk stødt spidskommen

1 nip chiliflager

Salt og friskkværnet peber

Opskrift og foto venligst udlånt fra bogen "Masser af tilbehør"

Tilberedning

- 1 Sæt en gryde med vand over til blanchering af gulerødderne.
- 2 Skræl gulerødderne, flæk dem på midten og skær dem i 10-12 cm lange stave. Blancher gulerødderne i det kogende vand, til de er møre. Hæld vandet fra, kom koldt vand på gulerødderne og dup dem tørre med køkkenrulle.
- 3 Pil og hak hvidløgene fint. Skræl og hak ingefæren fint.
- 4 Varm olie og sennepsfrø op på en pande, til frøene begynder at poppe. Tag panden af varmen og lad det køle lidt af.
- 5 Kom vand, hvidløg, ingefær og lidt salt og peber på panden. Kog blandingen let op og kom gulerødder, spidskommen og chiliflager i. Lad det hele simre, til næsten al væden er

