

NYMA FOODLAB OPSKRIFT

PANANG GAI



NM

Find flere opskrifter på www.nyma.dk/opskrifter

NYMA FOODLAB OPSKRIFT

PANANG GAI

Antal: 4 personer

INGREDIENSER

400 ml kokosmælk
1 hel kylling
1/2 broccoli
1 peberfrugt
1-2 søde kartofler
2 gulerødder
1 løg
4 forårsløg
Rapsolie til stegning
4 cm frisk ingefær
2 spsk. soya
1-2 spsk fiskesuppe
1 dl vand
1 tsk karry
2 fed hvidløg
Chili efter smag
stødt koriander
Limeblade

TIP: Brug overskud af kødet til en hønsesalat.

FREMGANGSMÅDE

KYLLING: Kog kyllingen ved svag varme i en gryde med løg, hvidløg og suppeurter (fx gulerødder, selleri eller porre) i 45-60 min. Kyllingen stilles til afkøling og kødet plukkes af. Fonden sies og gemmes til senere.

SUPPE: Blend løg, hvidløg, forårsløg, ingefær og karry. Steg blanding i olie. Tilsæt fond, kokosmælk og limeblade. Smages til med de øvrige krydderier, soya og fiske-sauce.

GRØNTSAGER: Grøntsagerne skylles Gulerødder, sødkartoffel, peberfrugt og broccoli skæres ud i grove stykker og bages med lidt olie og salt i 10-15 min.

Kort inden servering tilsættes grøntsager og kylling og retten varmes godt igennem

SERVERING: Serverer Panang Gai med ris og frisk koriander.