

Stekt gul blomkål (4 port)

Ca 300 g blomkål
1 chilifrukt
2 msk olja
2 cm färsk ingefära
1 tsk spiskummin
1 tsk gurkmeja
1 tsk chili, malen
salt (efter egen smak)
1 dl vatten
1 påse garam masala mix
2 dl matlagingsyoghurt

- Bryn hackad ingefära och chili samt spiskummin, gurkmeja, malen chili och salt. Fräs under omrörning i ca 20 sek.
- Lägg ner blomkålsbuketterna i kryddblandningen. Tillsätt vatten och koka knappt 10 min, tills de är kokta men fortfarande fasta. Rör så de inte bränner fast.
- Blanda garam masala med matlagingsyoghurt. Häll hälften över blomkålen och hetta upp.
- Servera blomkålen på en salladsbädd med ris och med garam masalayoghurten som dip.

