KIKKOMAN

Chicken curry i japansk stil (uten roux)

total tid **35 min.** **15 min.** koketid **20 min.** koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
2.950 kJ / 705 kcal

Fett: **29 g** Protein: **34 g**
Karbohydrater: **75 g**

INGREDIENSER

2 porsjoner

Kyllingmarinade

200 g	kyllinglår eller kyllingbryst
1 ts	karri
1 klype	salt

Currybase

5 g	hvitløk
5 g	ingefær
100 g	løk
50 g	gulrot
50 g	squash
50 g	sopp
1 ss	karri
0,5 ts	garam masala
2 ss	sprøstekt løk
1 ss	rapsolje

Krydder og saus

1 ss	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus
1 ss	Kikkoman Konsentrert Ramen Nudelsuppe Base - Shoyu (Sojasaus) Smak
1 ss	ketchup
1 ss	tahini
3 dl	vann

Jevning

1 ss	maisstivelse
0,4 dl	vann

Til servering og topping

400 g	kokt ris
2	bløtkokte egg (ca. 7 minutter)
1 klype	sprøstekt løk

TILBEREDNING

Steg 1

200 g kyllinglår eller kyllingbryst - **1 ts** karri - **1 klype** salt
Skjær kyllingen i munnfullstore biter, tilsett karri og salt, og bland godt til bitene er jevnt overtrukket.

Steg 2

5 g hvitløk - **5 g** ingefær - **100 g** løk - **50 g** gulrot - **50 g** sopp - **50 g** squash
Finhakk hvitløk og ingefær og bland dem. Skjær løken i ringer, og skjær gulrot og squash i 3 cm store biter. Del soppene i fire.

Steg 3

1 ss rapsolje - **1 ss** karri - **2 ss** sprøstekt løk - **3 dl** vann
Varm opp rapsoljen i en gryte på lav til middels varme. Tilsett hvitløk og ingefær fra steg 2 og sauter til duftene slippes. Tilsett marinert kylling fra steg 1 og stek forsiktig, så den ikke brennes. Tilsett løk, gulrot og squash og sauter kort, og rør deretter inn karri og sopp. Hell i vannet, tilsett sprøstekt løk, skum av eventuelt skum som legger seg på overflaten, legg på lokk og la det småkoke i 15 minutter.

Steg 4

1 ss Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus - **1 ss** Kikkoman Konsentrert Ramen Nudelsuppe Base - Shoyu (Sojasaus) Smak - **1 ss** ketchup - **1 ss** tahini
Straks grønnsakene er møre, bland Kikkoman Soyasaus, Kikkoman Ramen Suppebase, ketchup og tahini i en bolle til blandingen er helt jevn. Ha den deretter i gryten og rør godt om.

1 klype persille

Steg 5

1 ss maisstivelse - **0,4 dl** vann - **0,5 ts** garam masala

Løs opp maisstivelsen i vann. Ha den oppi curryen og rør godt om til sausen begynner å koke og tykner. Tilsett garam masala helt på slutten av koketiden, og skru deretter av varmen.

Steg 6

400 g kokt ris - **2** bløtkokte egg (ca. 7 minutter) - **1 klype** sprøstekt løk - **1 klype** persille

Server ris på hver tallerken og øs curryen over den. Topp med egg, sprøstekt løk og persille til slutt.