

Oppskrift

Ungsaukorma i Bao bun med crudité



1

Marinering av kjøtt

Skjær ungsaukjøttet i terninger. Bland inn garam masala, karri, olje, salt og pepper. Masser krydderet godt inn i kjøttet. Sett kjølig og la marinere i minst 2 timer.

2

Korma-saus

Finhakk løk og hvitløk. Varm olje i sauteringspanne og fres løken til gyllen. Tilsett halvparten av vannet og hvitløk, og fres videre i ca. 1 minutt. Mos blandingen glatt med stavmikser eller hurtigmikser.

Tilsett yoghurt og resten av vannet, og rør godt. Bland krydder: karri, gurkemeie, kanel, spisskummen, kardemomme, muskat, salt og pepper. Varm olje i panne og fres krydderblanding i 1 minutt til aromatisk, uten å brenne.

Tilsett yoghurtsausen og rør godt mens den koker opp. Tilsett hakket tomat, kokosmelk, chili, ingefær og brunt sukker. Reduser varmen og la sausen trekke i ca. 30 minutter. Rør av og til for å unngå brent bunn.

3

Steking av kjøtt

Tørk kjøttbitene lett med papir. Varm olje i panne og stek kjøttet i omganger til gylne på alle sider. Legg bitene over i korma-sausen og la trekke ferdig.

4

Crudité

Del salat i strimler. Finsnitt vårløk og grovhakk koriander. Kutt agurk og chili i tynne strimler. Bland alt sammen og smak til med olivenolje, sitronsaft, salt og pepper.

5

Servering

Varm Bao-buns etter anvisning. Fyll hver bun med ønsket mengde ungsaukorma. Topp med crudité og server med koriander.

Produkter i denne oppskriften

Ungsau Lårkjøtt u/Ben Fr Pk



Ingredienser

Ungsau Lårkjøtt

Gilde Ungsau Lårkjøtt u/ben	1,5 kg
Garam masala	15 g
Karri	15 g
Nøytral olje	50 ml

Ungsau Lårkjøtt

Korma-saus

Bao buns og crudité

Salt og pepper

Korma-saus

Løk	340 g
Hvitløk	35 g
Nøytral olje	1 dl
Vann	2 dl
Naturell yoghurt	4 dl
Karri	25 g
Gurkemeie, malt	5 g
Kanel, malt	5 g
Spisskummen, malt	5 g
Kardemomme, malt	5 g
Muskat, malt	2,5 g
Hakket tomat	400 g
Kokosmelk	2 dl
Rød chili, finhakket	50 g
Ingefær, revet	15 g
Brunt sukker	10 g

Ungsau Lårkjøtt

Korma-saus

Bao buns og crudité

Korma-saus

Bao buns og crudité

Salt og pepper

Bao buns og crudité

Bao Buns	20 stk
Grønn salat	300 g
Vårløk	2 stk
Agurk	1 stk
Rød chili	1 stk
Frisk koriander	15 g
Olivenolje	30 ml
Sitronsaft	20 ml
Salt og pepper	