



Indisk grönsaksgryta i Kormasås

Ingredienser Portioner: 4

1 gul lök
5 potatisar ca 500 g
2 morötter ca 200 g
1 blomkålshuvud ca 500 g
1 msk olja
1 burk kormasås ca 500 g
1 burk kikärter à 400 g
1 lime
salt och peppar

Gör så här

1. Skala lök, potatis och morötter. Grovhacka löken, skär potatis och morötter i tunna skivor. Ansa och skölj blomkål och dela den i små buketter.
2. Fräs lök, potatis och morötter i olja i en låg vid panna ca 10 minuter.
3. Vänd ner blomkål, kormasås och avrunna kikärter. Låt det koka under lock ca 10 minuter eller tills grönsakerna är mjuka. Späd ev. med vatten om det blir för tjockt. Smaksätt med rivet limeskal – saft, salt och peppar.
4. Servera grönsakspannan med tomater och naanbröd.

För alla: Läs noga innehållsförteckningen på kormasåsen.

Glutenfri: servera med glutenfritt bröd. Laktos- och mjölkproteinfri.