



Asiatisk Kycklinggryta med Sting!

december 11, 2008, 6:48 pm

Sparat under: [Grytor](#), [Grönsaker & Rotsaker](#), [Kyckling](#), [Ris & Pasta](#) | Etiketter: [asiatisk mat](#), [bilder](#), [chilisås](#), [D'Elidas](#), [foto](#), [het gryta](#), [kinakål](#), [kinamat](#), [Kyckling](#), [kycklinggryta](#), [matblogg](#), [middagstips](#), [piri piri](#), [pressrelease](#), [recept](#), [salsasås](#), [sambal oelek](#), [toja import](#), [ungersk paprika](#), [varuprover](#)



Ibland blir man bara sådär in i bomben sugen på en het gryta med massa goa grönsaker och med lite sting i! Ikväll gjorde jag en sk. kinagryta, dock inte sötsur sås, mer åt det starka hållet! Kinakål, minimajs, vattenkastanjer och purjo tillhör mina absolut favoriter i en sån här gryta! Champinjonerna göre sig icke besväret denna gången! Däremot pricken över i:et fick bli cashewnötterna! En snabblagad middag. Medans riset kokar har du fixat färdig denna gryta! Det räcker nog gott och väl till 8-10 port. Frysa in skulle jag inte rekommendera, grönsakerna tappar all sin krispighet då! Men håller gott och väl i kylan i 2 dagar så detta får bli lunch på lördag! Dagen idag har varit en riktigt pysseldag, Joline och jag har bakat ut pepparkakshjärtan av den sista degen! (dags att göra en ny) Sen har vi spritsat och dekorerat! Fick en stor kartong innan lunch också med en massa krav-märkta glasflaskor med "bubbelvatten" från Malmberg smaksatta med citron & apelsin! Ska bli spännande. Det dimper ner massor av varuprover nu innan jul, jättekul! Mer om allt detta lite senare!

Det här behöver du :

- 4 kycklingfileér (utan skinn)
- den gröna delen av en purjolök
- 5 blad kinakål
- 1 burk minimajs
- 1 burk skivade vattenkastanjer
- 3 dl saltade cashewnötter
- ½ grön paprika (hittade ingen grön i affären så det fick bli gul)
- 2 liter vatten
- 2 msk tomatpuré

1 msk sambal oelek
1 msk worschestersås
1 tsk **D'Elidas chilisås**
1 krm [piri piri mald](#) (Toja import)
1 krm [ungersk paprika mald](#) (Toja import)
Salt & peppar

GÖR SÅHÄR :

Skär kycklingfileérna i bitar och fräs i stekpanna tills de fått fin färg. Skär purjolök, kinakål och paprika i grova strimlor. Ta fram en rejäl gryta, sätt på spisen och häll i vattnet. Tillsätt tomatpurén, sambal, worschestersåsen, chilisåsen och kryddorna och låt koka upp. Vänd ner alla grönsaker och även de stekta kycklingbitarna samt cashewnötterna. Låt koka upp och sänk värmen, ca 10min. Smaka av grytan med salt & peppar! Red av med lite maizenamjöl utrört i vatten! Smaklig Måltid!



Använd en rejäl gryta på iallfall 5 liter! Det blir massor med mat!



Nu snart dags för servering! Grytan doftar helt underbart gott!

9 kommentarer än så länge

[Kommentera](#)

