

# Kylling i kokosmælk

4-5 pers.



## **Ingredienser,**

**Ca. 800 g. bryst året i skiver- eller inder filet**

**2 røde peberfrugter**

**Oliven- eller kokosolie**

**4 forårsløg eller 2 små alm. Løg**

**2 spsk. tomatpure**

**2 dåser kokosmælk - Fedtfattig**

**1 ds. Bambusskud (kan udelades)**

**1 bouillonterning—høns eller grøntsags**

**1spk. Karry**

**Salt, peber**

**Maizena til jævning**

**Ananassaft fra dåse**

## **Tilbehør:**

**Ris. Upolerede eller brune.**

**Grøntsager eller råkost**

**Evt. Banan, ananas fra dåse (usødet), rosiner**

Svits Kødet i fedtstoffet med karry.

Tilsæt bouillon, tomatpure, salt og peber, løg i stykker el. tern, samt kokosmælk, ananassaft, bambusskud og rød peber i strimler

Kog retten i ca. 25 min.

Jævn med Maizena oprørt med vand el mælk.

Kog risene efter anvisning. ( obs. brune ris skal have lang kogetid)

Tilbered salat el råkost.

Server denne lækre, fedtfattige ret, og nyd den alene, med familien eller som nem festmad.