

Tarp husholdningsforening

Torsdag d. 27/03-25

Tema: Thai food

Forret: Indonesisk karrysuppe med rejer (Junckers opskrift)

Hovedret 1: Stegte nudler m. kylling

Hovedret 2: Andebryst i rød karry

Forret:**Ingredienser:**

- 1-3 spsk. Karry
- 1 stk. løg
- 2 fed hvidløg
- 1½ dl hvidvin
- 1 ds. Hakkede tomater
- 2½ dl fløde
- 1 ds. Ferskner
- 200g rejer
- 1-2 dl Fiskefond
- ¼ icebergsalat
- ½ dild til pynt
- Salt og peber

Fremgangsmetoden:

1. løg og hvidløg pilles og fint hakkes
2. i en gryde svitses karryen af i lidt olie
3. tilsæt løg og hvidløg og steg det med et par minutter
4. hvidvin, tomater og væsken fra fersknerne, fiskefond og fløden kommes i
5. lad det koge i 15-20 min
6. skær fersknerne i tern og kom dem i suppen
7. icebergsalaten skæres i strimler og dilden hakkes
8. lige inden servering tilsættes rejer, salaten og dilden

Hovedret 1:

Ingredienser:

- 750g kylling bryst eller inder filet
- 1 stk. løg
- 3 fed hvidløg
- 300g brune champignons
- 4 stk. forårsløg
- ½-1 stk. rød chili
- 250g æggenudler
- ½-1 lime

Marinaden:

- ¾ dl øster sauce
- ½ dl soya
- 2 spsk. Ingefær støt
- 2 tsk. Olie
- 2 tsk. Mejsena

Fremgangsmetoden:

1. kog nudlerne efter anvisningen på pakken og skyld dem i koldt vand
2. skær kyllingen i strimler
3. champignons skæres i skiver
4. løget pilles og skæres i strimler og hvidløget fint hakkes
5. forårsløgene snittes og chilien fint hakkes
6. varm en pande eller sautere gryde op steg kyllingen af i lidt olie
7. tag kyllingen af og steg champignonsne af
8. tilsæt løg og hvidløget og steg med et par min
9. tilsæt forårsløg og chili og steg det med 2-3 min
10. bland alle ingredienserne til marinaden sammen
11. kom kyllingen tilbage på panden sammen med marinaden og ved det godt sammen
12. tilsæt nu nudlerne og steg dem med 2 min inden det hele smages til med limesaft, soja, østerssauce
13. tage nu det hele af panden og server

Hovedret 2:

Ingredienser:

- 3 stk. andebryster
- 1 ds. Kokosmælk
- 1 stk. løg
- 2 stk. forårsløg
- 2 stk. snack peber
- 150g sukker ærter
- 1 spsk. Fiskesauce
- 1 spsk. Soya
- 1 stk. lime
- 400g ris

Fremgangsmetoden:

1. rids fedtet på andebrysterne, ikke ned i kødet
2. drys med salt
3. steg dem med fedtsiden ned af på en kold pande
4. tænd for panden og giv den 10-15 min på denne side til fedtet er gyldent og sprødt
5. vend nu andebrysterne om og steg dem ved medium varme i 10 min
6. tag dem nu af varmen og lad dem hvile i 15 min
7. pil og hak løget fint
8. i en gryde steges løget af i lidt olie, tilsæt den røde karry og lad det stege 1 -1½ min
9. tilsæt kokosmælken, fiskesaucen, og soyaen og lad den koge op
10. hak forårsløget og skær snack peber og sukker ærter i mindre stykker
11. tilsæt grøntsagerne og lad dem koge med i 3-5 min
12. kog risene efter anvisning op pakken og server dem sammen med den røde karry og andebryst i skiver