

ETÄKOKKIKOULU x ARTO RASTAS



Näitä tarvitset

600 g broilerin paistileikettä
tai 500 g soijasuikaleita (kasvisversio)

Kuivat aineet:

2 tl kuminaa (kokonaista)
1 tl fenkolin siemeniä
1 kanelitanko
1 tl chililastuja
1 tl garam masala -mausteseosta
1 tl kurkumaa
1/2 rkl leivinjauhetta
2 tl kardemummaa
400 g säilyketomaattia (murska käy)
2,5 dl kanalientä (tai kasvislientä)
4 dl vehnäjauhoja
1 dl riisijauhoa
50 g pistaasipähkinää
125 g mangosetta (esim. Ella's tai Piltti)
1 pkt basmatiriisiä (ruuan oheen)

Maitotaloustuotteet:

400 g maustamatonta jogurttia (kreikkalais-)
5 dl täysmaitoa

Vihannekset/hedelmät:

1 sipuli
1 valkosipuli
50 g inkivääriä
1 ruukku korianteria
1 ruukku minttua
1 kurkku
1 mango

Näitä sinulta luultavasti löytyy:

- suolaa
- mustapippuria
- rypsiöljyä
- sokeria

Varmistathan että sinulla on:

- kasari tai pata kanacurrylle
- paistinpannu x 2
- raastinrauta
- kulhoja
- pieni kattila
- leikkuulauta ja terävä veitsi
- desimitta ja maistelulusikoita
- puukauha, vispilä
- annosastiat jälkiruualle

Tee etukäteen helpottaaksesi kokkailua:

- Tutustu resepteihin.
- Mittaa kaikki ainekset valmiiksi reseptien mukaan.
- Intialaiseen keittiöön kuuluu riisi. Mikäli haluat tarjota riisiä, niin **keitä se oma-aloitteisesti**.
- **HUOM!** Reseptit ovat neljälle eli voit puolittaa ne, mikäli et halua tehdä niin isoa annosta.

Viinisuosituksset:

- Akut Riesling Feinherb 2024
- Pete's Pure Pinot Noir 2024
- **HUOM!** Voit vaihtoehtoisesti hankkia olutta. Lager olut sopii mainiosti.