

Biryani med kyckling



INGREDIENSER

300 g halvkokt basmatiris
400 g kycklinglår
200 g skivad lök
320 g hackad tomat
2 dl grekisk yoghurt
2 msk malet lagerblad
2 msk raffinerad olja
1 tsk korianderpulver
1/2 tsk vitlökspasta
2 st gröna kardemummakärnor
1 tsk mjölk
1 tsk garam masala
2 kryddmått saffran
1 tsk ingefärs pasta
korianderblad
kumminfrö
salt

GÖR SÅ HÄR

1. Först, för att marinera kycklingen, ta en stor skål, häll i grekisk yoghurt, gurkmeja och blanda med salt efter eget tycke i en liten skål. Blanda ordentligt med en sked och tillsätt sedan kycklinglåren och massera in yoghurtblandning. Ställ åt sidan i ca 20-30 minuter, så att yoghurtblandningen absorberas ordentligt av kycklingen. Häll i saffran i mjölken för att göra saffransmjölk och ställ åt sidan.

2. Häll i raffinerad olja i en djupbottnad stekpanna och värm den på medelhög värme. Tillsätt en nypa kumminfrön och grön kardemumma och sautera i ca 2 minuter. När du är färdig, lägg omedelbart skivad lök och stek i 2-3 minuter. Se till att du inte bränner det. När löken börjar bli brun, lägg i tomat och tomatpuré och stek i ytterligare 5 minuter.

3. Därefter lägger du i ingefära- och vitlökspasta, steker blandningen i en minut. Lägg sedan till korianderpulver och stek på medelvärm under omrörning. Tillsätt blandningen i den marinerade kycklingen och blanda väl.

4. Värm igen på medelvärme i ca 5-6 minuter för att sedan sänka värmen. Skydda med lock och låt sjuda i 5 minuter. Se till att röra om under hela processen, annars kan kycklingen bränna fast i botten. Du kan lägga till lite vatten om du tycker att konsistensen är för tjock.

5. När den är klar, stäng av spisen och lägg i det halvkokta riset i pannen och ställ den åt sidan. Strö över blötlagd saffran tillsammans med garam masala, mynta and korianderblad. Lägg i det återstående riset ovanpå det översta lagret och garnera med saffran, garam masala, mynta och korianderblad.

6. Slutligen täck med lock, sänk värmen och låt riset koka i ca 5 minuter. När du är klar, stäng av och låt Biryani vara täckt i cirka 10 minuter. Servera varm, tillsammans med raita eller chutney.

Tortilla de patatas



INGREDIENSER

- 6 ägg
- 2 gula lökar
- 4 färskpotatisar
- 1 vitlöksklyfta
- 5 msk olivolja
- 1 nypa salt
- 1 nypa svartpeppar

GÖR SÅ HÄR

1. Skala och tärna potatis och lök. Halvera vitlöksklyftan.
2. Värm upp olivoljan i en stekpanna och bryn vitlöksklyftan, färskpotatisen och löken.
3. Rör samtidigt äggen med en nypa salt och peppar och blanda sedan ihop det med löken och potatisen. Kasta vitlöksklyftan.
4. Stek ägg, potatis och lök tillsammans i en stekpanna. Stjälp upp med en rund tallrik för att lättare vända den och få den gyllene ytan uppåt. Färdig att äta.

Ris med stekt kyckling



INGREDIENSER

1 kg kycklinglår

1 kg ris

6 msk olja

1 msk tomatpuré

2 gula lökar

5 vitlöksklyftor

1 tsk av varje krydda: ingefära, kanel, kardemumma, gurkmeja, svartpeppar, salt

1/2 tsk saffran

berberisbär

GÖR SÅ HÄR

Lägg kycklingen i en tryckkokare med alla kryddor, hackad lök, krossad vitlök och tomatpuré. Låt koka i 20 minuter, smörj sen kycklingfiléerna med saffran som har varit blötlagd i 1/2 glas vatten. Stek i 3 matskedar olja tills kycklingen får röd färg. Koka riset i 1 liter vatten i 10 minuter och häll sedan bort vattnet genom ett durkslag. Häll 2 matskedar olja i en gryta, häll sedan i riset. Stäng grytlocket och sänk spisplattans värme till lägsta temperatur. Efter 30 minuter är riset klart, glöm inte att värma 3 matskedar olja och häll dem på riset i slutet. Serveras med kycklingen och berberisbär.

Falafel



INGREDIENSER

500 g kikärter
2 gula lökar
4 vitlöksklyftor
1 knippe persilja
1 msk salt
4 msk spiskummin
2 msk torkad koriander
0,5 l vatten
1 tsk bikarbonat
2 l olja till fritering

GÖR SÅ HÄR

1. Blötlägg kikärtorna i vatten över natten. Låt kikärtorna rinna av i ett durkslag.
2. Skala och hacka lök och vitlök. Mixa i en matberedare tillsammans med hackad persilja och koriander. Lägg över i en bunke.
3. Mixa dem tillsammans med de blötlagda kikärtorna i omgångar. Tillsätt lite vatten. Tillsätt dem i bunken med lökblandning, torkade kryddorna och bikarbonat. Bikarbonat gör att falafeln fluffar upp vid friteringen.
4. Hetta upp oljan till 185 grader i en djup kastrull. Oljan ska bubbla så fort falafeln läggs i.
5. Gör bollarna. Använd tex. en sked för att forma dem. Lägg försiktigt ner falafeln i oljan. Lägg i några falafelbollar i taget och vänta i några sekunder innan du rör runt så att de inte går sönder. De ska vara gyllenbrun och lite hårda.

Tabbouleh



INGREDIENSER

1-2 dl bulgur
4-5 tomater
2 citroner
två knippen persilja
en knippe grön mynta
ett knippe salladslök
en nypa paprikapulver
olivolja
salt
svartpeppar

GÖR SÅ HÄR

Lägg bulgur i en bunke med pressad citron och låt dra i minst 30 min. Hacka persilja, tomat, salladslök och mynta. Blanda dem sedan med bulgur. Tillsätt salt, peppar, olivolja, och paprikapulver efter smak.

Hoummus

INGREDIENSER

1 kg kikärter
1 msk kummin
6 vitlöksklyftor
1/2 l sesampasta
4 msk salt
1 dl citronsaft

GÖR SÅ HÄR

Lägg kikärtorna i blöt en dag. Tvätta dem och häll i kummin. Häll på vatten och koka enligt instruktion. När kikärtorna är klara, häll bort vätskan men spara 1/2 l vatten. Blanda vitlök, kikärter, salt, sesampasta och citronsaft och mixa till en slät kräm.

Kebbe



INGREDIENSER

3 dl bulgur
2 st gula lökar
½ kg nötfärs
2 nypor salt
2 nypor svartpeppar
2 nypor mynta
2 nypor paprika
4 msk smör
grillspett

GÖR SÅ HÄR

Hacka löken och lägg i en bunke. Tillsätt sedan övriga ingredienser och knåda. Forma avlånga järpar och sätt dem på grillspett. Grilla dem i ugnen på 250 grader ungefär 30 min, tills de är genomstekta och klara att äta.

Skaliat Alnahal (Bikupa)



INGREDIENSER

6 dl mjöl
5 msk mjölkpulver
1/2 dl rapsolja
1/2 dl socker
1 msk torrjäst
1 tsk salt
1 msk bakpulver
2 1/4 vatten
200 g färskost
1 ägg
1/2 dl svart kummin eller riven kokos
50 g vit sirap

GÖR SÅ HÄR

1. Värm vattnet till 37 grader.
2. Blanda sedan med mjöl, mjölk, olja, socker, jäst, salt och bakpulver tills det blir en mjuk deg.
3. Låt degen jäsa 90 min.
4. Rulla sedan degen till bollar och fyll varje boll med lite färskost. Lägg dem sedan i formen.
5. Vispa upp ägg och pensla bollarna. Strö på svart kummin eller riven kokos.
6. Grädda i 180 grader i 20 - 25 minuter.
7. När de har svalnat och kan man ringla på vit sirap. Serveras varm eller kall.

Nescafé kakor

INGREDIENSER

250 g smör
2 dl rapsolja
1 dl strösocker
1 st ägg
1 tsk vaniljsocker
1,5 tsk bakpulver
4 msk nescafé
mjöl (efter tycke och smak)

GÖR SÅ HÄR

Vispa äggen först för hand, smält smöret och häll i äggen, häll sedan i de resterande ingredienserna utom nescafé. Blanda tills det blir en deg, strö över nescafépulvret och forma degen till små bollar och lägg på en plåt med bakplåtspapper. Grädda i 150 grader i ca. 15 minuter.