Jumbooserie Khichri (Indisk spinatris med kjøttdeig)



Ingredienser

♥ 3 løk
♥ 2 store, hele hvitløk (ja, hele hvitløk, se tips)
♥ 6 ss nøytral olje
♥ 3 ts hel spisskummen (se tips)
♥ 2 ts malt spisskummen (se tips)
♥ 4 ts malt koriander
♥ 2 ts malt gurkemeie
♥ 1 ts malt chilipulver
♥ 4 ts bukkehornkløver (se tips)
♥ 2 ss flaksalt
♥ 5 dl basmatiris
♥ 800 g kjøttdeig
♥ 1 liter vann
♥ 400 g fersk spinat
♥ 450 g frossen spinat
♥ 6,5 dl kokosmelk
♥ kvernet salt og pepper

Servering:
♥ indisk gulrotsalat
♥ mango chutney
♥ naan

Fremgangsmåte

Finn frem ingrediensene.

Kutt opp løk og hvitløksfedd og ha i en kjele sammen med godt med olje. Tilsett krydderet. La dette steke på middels varme i noen minutter, til løken blir blank og myk og blander seg godt med krydderet.

Ha risen i gryten og bland godt. La risen steke sammen med løken og krydderet i et par minutter.

Stek opp kjøttdeigen i en panne for seg med olje (ca. 2 ss). Ha den stekte kjøttdeigen i kjelen med risen og bland godt.

Hell i vannet og varm opp. Tilsett først fersk spinat, litt om gangen. Det virker som veldig mye spinat i starten, men spinatbladene klapper sammen etter hvert som de varmes opp slik at du kan fylle på med mer spinat.

Når all den ferske spinaten er blandet inn i gryten, tilsettes frossen spinat og kokosmelk.

Bland godt sammen og la det hele småkoke på middels varme i ca. 15 minutter. Rør i kjelen av og til.

Ta kjelen av platen, sett på lokk og la risen stå slik og svelle i ca. 10 minutter. Risen skal nå være myk og gjennomkokt, men ikke grøtete. Smak til med mer kvernet salt og pepper.

Serveres varm, og gjerne med **indisk gulrotsalat** og mango chutney som tilbehør.

Tips

♥ Det er helt riktig at det skal være 2 *hele* hvitløk i denne retten (ikke to fedd). Faktisk har moren min skrevet i sin oppskrift at det skal være 16 fedd hvitløk, og det i en mye mindre porsjon enn denne her. Jeg synes det ble litt drøyt å bruke 2 x 16 fedd hvitløk, og synes resultatet ble veldig bra med to hele hvitløk, men hvis du vil, kan du altså bruke opp til 32 fedd! □□ Husk at hvitløken blir mild på smak ved varmebehandling.

♥ Jeg har tatt bilder av krydderet jeg har brukt nedenfor. De fleste finner du i vanlige, norske matbutikker. Merk at det brukes både malt spisskummen og hel spisskummen.

♥ Det kan være litt vanskeligere å få tak i bukkehornkløver, som selges som tørkede blader (kalles mehti). Jeg har kjøpt dette hos Oda i krydderserien til Masala Magic. Kan også bestilles i egen nettbutikk, se **HER**. Ikke forveksle bukkehornkløver-blader med bukkehornkløver-frø, som har en annen og sterkere smak.

♥ Se oppskrift på **Mangochutney med chili og rosiner**. Mango chutney fås ellers kjøpt i de fleste norske matbutikker.

♥ Jeg pleier å lage en stor porsjon av denne risretten fordi den er kjempefin å fryse ned i mindre porsjoner.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/jumbooserie-khichri-indisk-spinatris-med-kjottdeig