

Lynngryde



Ingredienser:

- 1 kg hakket oksekød
- 35 g smør eller margarine
- 3-4 løg
- 2 porrer
- 2 æbler
- 1 tsk. karry
- 1 tsk. chilipulver
- 3 ds. flåede tomater
- 1 pk. saltnødder (ca. 300 g)
- Salt
- 1 pk. bacon (ca. 350 g)
- Evt. meljævning
- Tilbehør kokosmel, flute, salat og løse ris

How to:

1. Brun kødet i fedtstoffet i en stegegryde.
2. Pil løgene og hak dem. Rens porrerne og snit dem fint. Skræl æblerne, fjern kernehuset, og hak dem.
3. Kom løg, porrer, æbler, karry og chilipulver i gryden og lad det svitse i nogle minutter.
4. Tilsæt tomater og væde plus nødder. Smag retten til. Jævn evt. med lidt meljævning.
5. Skær baconen i strimler og steg dem på en tør pande. Kom dem over retten lige før servering.
6. Server retten fra gryden med tilbehøret ved siden af.