

Orientalisk köttgryta

4 port

500 g färsk skinka eller bog av gris

2 palsternackor, ca 150 g

2 morötter, ca 200 g

MARINAD

2 msk kinesisk soja

3 dl utspädd äpplejuice

1 gul lök

1 tsk curry

½ tsk ingefära

1 vitlöksklyfta

2 msk vinäger

REDNING

½ dl vatten

1 msk vetemjöl

TILLBEHÖR

3-4 port pasta

enligt anvisningar på paketet.

½ gurka skuren i stavar

1. Hacka löken.
2. Blanda i dubbla plastpåsar soja, curry, äpplejuice, vinäger, pressad vitlök och hackad gul lök.
3. Skär skinkan i strimlor, lägg den i marinaden, rör om och låt alltsammans stå i kylskåp 2-8 timmar med en tallrik under. (Eller 10 min om man har bråttom).
4. Lägg över alltsammans i en gryta. Koka upp och sjud under lock på svag värme i 10-15 min.
5. Skala under tiden rotsakerna. Strimla dem fint och blanda i grytan. Sjud ytterligare 5 min.
6. Skaka ihop en redning av vatten och vetemjöl i en redningsbägare. Häll redningen i grytan under omrörning. Låt koka ytterligare 3-5 min.
7. Servera med pasta och gurkstavar. Kan även serveras med potatis eller ris.

