

Afrikana

Ingridienser 4 personer

2 dl crème fraîche

1 st gullök

2 msk curry

3 msk matolja

kg fläskkött

1 krm peppar

1/2 tsk salt

1 tärning köttbuljongtärning

4 dl vatten

2 1/2 msk vetemjöl

Tillbehör:

1 dl kokos

3 dl ris

02-jan bananer

1/2 dl jordnötter

6 st ananasringar

0,2 burk mango chutney

burkar Mandarininer

1. Sätt på ris

2. Skär köttet i 2–3 cm tjocka skivor och banka ut dem med handen. Salta, peppra och vänd dem i mjölet. Stek ca 3 minuter på var sida. Placera köttet i täckt form på spisen att hålla varmt.

3. Bryn löken i stekpannan där du tidigare stekte köttet. Rör ner curryn och låt den fräsa ett par minuter under omrörning.

4. Strö sedan över mjölet och späd med buljongen lite i taget och därefter crème fraîche. Låt koka samman till ca 2/3-delar återstår och smaka av med salt och peppar.

5. Skiva bananerna i cm tjocka skivor. Servera köttet med sås, ris, bananer, ananas, mango chutney, kokos och lite jordnötter som extra tillbehör.