

Tempeh i karry med æblechutney

Som hovedret til ca. 3 personer

Tempeh

- 300 g tempeh af Flækærter
- ½ dl neutral olie (majs, vindrukerne eller raps)
- Havsalt

Karrysauce

- 1 løg
- 1 æble
- 10 g smør
- 3-4 spsk. karry
- 10 g frisk ingefær
- 1 fed hvidløg
- ¼ frisk rød chili uden kerner
- 2-3 spsk. mel
- 1 liter grønsagsbouillon
- 1 dl fløde
- Havsalt og friskkværnet peber
- 1 usprøjtet citron
- Lidt honning

Æblechutney (stor portion, kan holde sig 4-5 uger i køleskab uåbnet)

- 2 kg danske æbler
- 500 g rødløg
- 500 g sukker
- 5 dl æbleeddike
- 2 spsk. salt
- 2 spsk. korianderfrø
- 2 spsk. fennikelfrø
- 3 stjerneanis
- 40 g ingefær
- 2 frisk rød chili
- 200 g lyse rosiner

Tilbehør & pynt

- Ris
 - Vand
 - Salt
 - Hakket frisk koriander
-

Fremgangsmåde tempeh i karry

1. Skær tempeh ud i tern på 2x2 cm.
2. Varm en pande op, kom olie på og så tempeh tern. Steg dem gyldne og sprøde på alle sider.
3. Tag tempeh af panden, krydre med lidt havsalt og stil dem til side.
4. Pil løg og frigør æble for æbleskrog, Skær løg og æble i grove tern.
5. Kom smør op i en gryde og sauter løg og æble i 2-3 min. Så de falder lidt sammen.
6. Tilsæt karry, finthakket ingefær, chili, hvidløg, mel og lad det sautere yderligere 1 min.
7. Tilsæt så grønsagsbouillon og lad det hele koge i 15-20 min, så sovsen begynder at jævne og tykne lidt.
8. Tilsæt fløde og lad sovsen koge yderligere 5 min. Blend herefter sovsen og smag til med fintrevet skal og saft fra citron, samt honning, salt og friskkværnet peber.
9. Varm sovsen igennem og kom herefter sprødstegte tempeh stykker op i sovsen og server med det samme med æblechutney og ris.

Fremgangsmåde chutney (kan med fordel laves på forhånd)

1. Pil løg og frigør æbler for kernehus, halver løg og snit ud i helt tynde skiver, skær æbler ud i grove tern.
2. Kom æbler og løg op i en gryde sammen med eddike, sukker, krydderier, hakket ingefær og chili og bring det hele i kog. Lad det koge 25-30 min. til en tæt chutney. Husk at røre i chutney mens det koger, så det ikke brænder på.
3. Tilsæt rosiner, smag til med salt og friskkværnet peber og kom herefter den varme chutney på skoldede sylteglas, luk glas til og sæt på køl.