



Pernilla tipsar:

FRANSYSKA

1. Veckans kött detalj: Fransyska

Fransyska kallas även för skinksteken och köttet är mört och behöver inte koka speciellt länge. Här kommer ett recept på en krämig currygryta med hemgjord curry. Egengjord curry blir så mycket smakrikare än att använda currypulver. Dom flesta kryddorna har man hemma sedan julbaket 😊.

2. Ingredienser: Smakrik currygryta (6 portioner)

Fransyska - vägde strax under 2 kg

- 1 tsk mald koriander
- 1 msk malen kanel
- 2 tsk spiskummin
- 1 tsk kardemumma
- 1 krm svartpeppar
- 1 krm chilipulver
- 2 tsk riven färsk ingefära
- 1 tsk malen gurkmeja
- 1 tsk malen nejlika
- 2 st gula lökar
- 1 st fänkål
- 1 tsk salt
- 2 vitlöksklyftor
- 1 st citrongräs
- 1 dl rapsolja
- 1 burk kokosmjök (400 ml)
- 2 dl vatten

3. Tillvägagångssätt:

Putsa och tärna köttet i mindre bitar. Hacka löken och fänkålen i grova bitar, blanda med alla kryddor (vänta med citrongräset) Stek lök, fänkål och kryddor i rapsolja tills det fått en gyllenbrun färg. Häll blandningen i en tillbringare tillsammans med kokosmjök och vatten, mixa med stavmixer tills den är slät.

Stek köttet så det får en gyllenbrun färg. Lägg bitarna i en kastrull tillsammans med kryddkokosmjökblandningen och citrongräset. Ett tips är att banka citrongräset med baksidan av en kniv så får man ut mer smak.

Låt grytan småputtra cirka 1 timme. Smaka av och tillsätt mer kryddor efter eget sinne, smak och behag. Jag gjorde min ganska mild och barnvänlig så krydda på med mer chili för mer stuns.

4. Tips på servering och tillbehör:

- Ris är en utmärkt basvara som passar till curry på klassiskt vis.
- Russin, bananskivor och rostad kokos.

Min absoluta favoritchutney är rabarber och äpplechutney:

500 g hackad rabarber
2 äpple, tärnade
2 st hackade rödlökar
3 msk ättikspirit (12 %)
5 dl strösocker
1 dl vatten
1 msk currypulver
1 msk riven färsk ingefära
2 tsk salt
1 kanelstång

Blanda allt i en kastrull och låt småputtra cirka 1 timme. Häll upp i rena burkar. Supergott som även passar till grillat.

5 . Restfest:

En currygryta blir bara godare ju längre den får stå till sig i kylan. Min äldsta son älskade denna gryta och åt samma mat i 3 dagar så den är en restfest i sig.

