

HALOWEENGRYTE MED KOKOS, CHILI OG HVITLØK

1 liten løk, hakket i terninger som jeg har vist dere

hvitløk, finhakket

fersk ingefær, finhakket

½ - 1 chili

300 g gresskar

2 dl kokosmelk

2 dl grønnsakskraft

2 dl erter

fersk spinat i strimler

saften av en ½ lime +

½ ts salt

Slik gjør du:

Skrell gresskar og kutt det i små terninger. La det frese litt i en romslig kjele før du tilsetter salt, løk, chili og hvitløk. Stek på middels varme. Hell over kokosmelk og grønnsaksbuljong. Tilsett erter, spinat, limesaft og revet limeskall, og kok på lav varme til gresskarternene er møre.

.

Bon appetit!