



# BØRN MED MÆLKEALLERGI

Giv dit barn en god hverdag

## MØRBRAD-RET

### INGREDIENSER:

- 1 svinemørbrad, ca. 500 g
- 1-2 løg
- 1 spsk. olie
- 2 spsk. karry
- 3 dl høsebouillon
- 4 dl kokosmælk
- ½ tsk. salt
- ½ tsk. sort peber
- 4 dl ris



### SÅDAN GØR DU:

Pil og hak løgene. Opvarm olien på en stegepande og svits løg og karry i ca. 5 min. til løgene er møre.

Puds fedtet af mørbraden, og skær den i ca. 1 cm tykke skiver. Mørbradskiverne steges på panden med løgene i ca. 5 min. på hver side.

Herefter tilsættes bouillon, kokosmælk og salt og peber. Bring det hele i kog, skru ned for varmen, og lad saucen simre til den er jævn i ca. 20 min.

Imens koges risene ifølge pakkens instruktioner.

Tip til tilbehør: Damp minimajs og grønne asparges, der serveres til retten sammen med flutes/boller.