

Kurdisk middag

Förrätt	Linssoppa
Tillbehör	Naanbröd
Varmrätt	Biryani – Rispilaff med kyckling Sallad Vita bönor i tomatsås Aprikoser i sötsur sås
Efterrätt	Kataifi – ostkaka med sirap

Linssoppa

Förberedelser

Hacka	2 medelstora lökar fint
Skölj	1 påse röda linser upprepade gånger i kallt/ljummet vatten
Koka upp	vatten i vattenkokare

Tillagning

Stek	lök i 1/2 dl neutral olja, utan att få färg
Tillsätt	1 msk gurkmeja, 1 tsk torkad paprika (medelstark/stark)
Tillsätt	1 liten näve ris
Tillsätt	avrunna linser
Tillsätt	kokande vatten så att det står en bra bit över linserna
Koka	ca 25 minuter eller till dess linserna är helt mjuka
Vispa	soppan slät eller kör elvisp/mixerstav
Smaka o salta	

Handlingslista

2 lökar
1 påse röda linjer

Neutral olja
Gurkmeja
Torkad paprika
Ris

Naanbröd

Förberedelser

Blanda	2 glas kall mjölk (4,5 dl), 1,75 glas kokande vatten (3,5 dl) 1 msk salt, 1 msk socker, 5 msk neutral olja 1 paket (färsk) jäst	Mjölk Neutral olja 50 gram jäst 2 kg vetemjöl
Blanda	Fyll på med mjöl och arbeta degen till en fast vetedeg (ca 1,5 kg mjöl)	
Jäs	20 minuter	
Värm upp	en stekpanna av ”bra storlek”, typ gjutjärnsstekpanna	Rejäl stekpanna

Tillagning

Tryck till/ knåda degen	Arbeta degen i bunken och vänd upp på lätt mjölat yta och knåda.	
Dela	Dela den knådade degen i deciliterstora bullar och knåda till runda bullar.	
Kavla	Kavla de runda bullarna med så lite mjöl som möjligt till tunna plattor av tallriksstorlek, borsta av (allt) överflödigt mjöl och lägg på platt bricka, smörpapper, duk – eller lägg direkt i stekpannan.	Kavel
Grädda	Varje bröd någon minut på en sida till dess att det bubblar upp och/eller fått lite färg/fläckar på undersidan. Vänd och grädda andra sidan.	
Stapla	Lägg/stapla de gräddade bröden	

Biryani – Rispilaff med kyckling (se även irakiskmat.se)

Förberedelser

Hacka	2 lökar, ganska finhackat.	Lök
Skala	1 potatis/person och 1/2 -1 morot/person	Potatis, morötter
Tärna	potatis och morötter i (stora) sockerbitsstora bitar	
Tärna	Kycklingbröst (eller annat kött) i sockerbitsstora bitar.	Ca 100 gram kyckling
Krydda	Strö salt & ca 1 msk torkad/hackad paprika (medel/start)	eller kött/person
Koka/skala	Koka upp vatten och lägg i en påse med mandel. Håll av vatten och gnugga av skalet.	1 påse mandel

Låt stå

Skölj ris	Skölj ris upprepade gånger, låt ev ligga i blöt, håll bort blötlägningsvatten och skölj igen.	1 dl/ris/person, inte typ Uncle B.
-----------	---	------------------------------------

Håll kokande vatten över riset (sätt inte på pannan för kokning), ca 1 dl/person.

Låt stå Sätt lock på rispannan och låt stå (inte kokas).

Tillagning 1

Håll	ca 1,5 cm olja i botten av en stor gryta/panna/kittel	Olja
Stek	den tunna pastan i oljan en god stund på ganska hög värme så att den får färg, rör hela tiden.	Vermicelli (tunnaste pastan)
Tillsätt	2 finhackade lökar, 120 gram (någon deciliter) russin, 3 msk gurkmeja, ca 2 msk salt, 2 msk torkad paprika, 2 lagerblad, 1 torkad lime, 1-2 msk Byrianikrydda, 400 gr gröna frysta ärter, 250 gram okokt pasta.	Russin, gurkmeja, torkad paprika, torkad lime, byrianakrydda
Tillsätt	det varma blötlagda riset och vänd runt alla ingredienser. Mer kokande vatten om det verkar torrt.	400 gram gröna ärter 250 gr stora/kraftiga ”makaroner”
Koka	Sätt på lock och låt stå på svag värme under tiden (10.15 minuter) att övriga delar förbereds.	

Tillagning 2

Stek/friterera	Håll 4-5 cm olja i en stekpanna/gryta/panna och hetta upp. Lägg torr potatis/morötter och stek & vänd några minuter till dess att de får lite färg/blir lite skrupna. Vid stora portioner dela upp och stek 2-3 satser.	
Lägg åt sidan	Lyft upp grönsakerna och lägg över till risgrytan.	
Stek/friterera	De skalade mandlarna läggs i oljan och steks en stund och läggs sedan i grytan med ris (el rostars i torr panna).	
Stek	I annan gryta än där fritering skett – eller efter att oljan hållts av – lägg i köttet och stek. Stektes utan fett och kryddades under stekning med extra salt och med några matskedar citronsaft.	Citronsaft

Servering

Kolla att makaronerna i risgrytan är klara, vänd sedan runt i pannan och håll upp/lägg upp Byrianin på ett fat/skål.

- Lägg köttet ovanpå riset på ena sidan av uppläggningsfatet så att man kan ta ris och därefter en ”skopa” kött att toppa med.
- Servera tillsammans med aprikoser i sötsur sås och bönor i tomatsås.

Aprikoser i söt(sur) sås

Förberedelser

Blötlägg	1-2 påsar med torkade aprikoser en stund i vatten.	Lök
Dela/öppna	Öppna upp varje aprikos så att den blir som ett liten börs/pitabröd och lägg tillbaka i blötlägningsvattnet.	Torkade aprikoser

Tillagning

Koka	Aprikoser, några msk tomatpure, 2 msk socker, 2 msk citronsaft, kokande vatten som är ca 2-3 gånger aprikosernas mängd.	Tomatpure Citronsaft
------	---	-------------------------

Låt koka någon halvtimme, tillsätt mer salt och avsluta med någon matsked citronsaft.

Låt stå Kan serveras ljummen och göras klar innan huvudrätten.

Vita bönor i tomatsås

Förberedelser

Blötlägg	Vanliga ”små” vita bönor i några timmar/över natten.	Vita bönor
----------	--	------------

Tillagning Håll bort blötlägningsvattnet.
Lägg i panna med vatten som står en bra bit över bönorna.

Tillsätt	1 torkad lime 2 dl tomatpure ½ dl olja Några nypor torkad/krossad paprika (medel/stark) 2 msk citronsaft	Torkad lime Tomatpure Citronsaft Torkad paprika
----------	--	--

Koka Låt koka till dess att bönorna är mjuka, ca 30 minuter och tillsätt ev mer citronsaft.

Låt stå Kan göra klar innan huvudrätten och serveras ljummen/
varm.

Sallad

Förberedelse Koka 250 gram tjockväggiga makaroner och låt kallna.
Skala och skär några morötter på längden i 4 delar och sedan i några mm tunna skivor.

Blanda Makaroner, morötter, halvskalad gurka i bitar och tomater och häll över valfri örtsmakande dressing (t.ex. Knorr örtagårdsdressing).

Efterrätt – Kataifi – ostkaka med sirap

Kataifi kallas också riven filodeg eller Kunafa.

Tina/skär	Tina upp förpackningen med Kataifi och skär innehållet i förpackningen i tunna strimlor. Lägg i en bunke/djup skål.	500 gr Kataifi (Willys m fl), frysdisk.
Smält	Smält smör och häll över Kataifi i bunken och rör om ordentligt med sked eller för hand, tillsätt & 2 msk olja neutral olja.	250 gr normaltsaltat smör Olja
Smöra	Smöra en rejäl stekpanna, typ gjutjärn.	
Varva	I stekpannan, lägg hälften av Kataifidegen Smula över en påse mozarellaost över Kataifin Bred över kondenserad mjölk över mozarellan Täck med resten av Kataifin och platta till ordentligt/hårt med handen för att kompakt kaka.	1 påse mozarella 170 gr/ml burk kondenserad mjölk
Stek	Sätt på platta på spisen och grädda cirka 20-30 minuter på medelvärme, men inte för hög. Efter 20-30 minuter, kika på kakans undersida och vänd den med hjälp av bricka/lock/fat om den fått lite färg. Lägg tillbaka i stekpannan och fortsätt steka ytterligare lika lång tid.	(Gräddning skulle ta cirka 30 min, tog nog det dubbla).
Häll	Efter gräddning, ta kakan från värmen och häll över cirka 2 dl vit sirap. Låt stå för att svalna inför servering.	1 flaska vit sirap
Servering	Skär bitar från pannan och servera med mer vit sirap för den som önskar.	