

Marokkansk fjeldgryde to go (2021).

Ingredienser:

2 løg
2 fed hvidløg
2 cm frisk ingefær
250 g søde kartofler
1 aubergine
1 tsk stødt koriander
1 tsk paprika
1 tsk stødt kanel
140 g koncentreret tomatpure
2 dåser hakkede tomater
1 tern grøntsagsboullion
½ dl tørrede figner
Saften fra ½ citron
1 tørret eller hel økologisk citron i både
Salt og peber efter behov
1 spsk olivenolie til stegning
125 g Cous cous per voksen person

Til servering:

50 g mandler

Tørret persille

Granatæblekerner fra ½ granatæble (ikke egnet til fjeldbrug - men vi gør det alligevel)

Græsk yoghurt (ikke egnet til fjeldbrug – men vi gør det alligevel)

Forberedelse:

Pil og hak løg. Pil og pres hvidløg. Skræl og riv ingefær. Svits det hele i olie i en gryde. Skræl kartoflerne, og skær dem i tern. Lad dem stege med i gryden. Skyl aubergine, skær den i tern, og vend ternene i gryden sammen med koriander, paprika og kanel.

Lad det steg i 5 minutter, og tilsæt tomatpure, hakkede tomater og boullion. Lad det simre i 30 minutter under låg til kartoflerne er møre.

Skær figner i grove tern, citron i både, og tilsæt det til gryden. Smag til med citronsaft, salt og peber. Lad retten simre i 10 minutter.

Retten afkøles, og smøres ud i 1 cm tykt lag på madpapir i tørremaskinen. Madpapiret skal ikke dække alle huller langs kanterne, således at luften kan cirkulere mellem ristene i tørremaskinen. Retten tørres ved 65 grader til det er læder, og derfra ved 50 grader til det her helt tørt. Alt efter ønsket holdbarhed.

Jeg knuser og pakker den tørrede ret i en papirpose, og vacuumpakker det. Ved at vacuumpakke har jeg automatisk en kvalitetskontrol på om der er opstået huller i pakningen, hvor fugt kan trænge ind. Til længere opbevaring kan der lægges en pose silicagel i pakningen.

Tilberedning:

Marokkansk fjeldgryde:

Læg den tørrede marokkanske gryderet i den store trangiagryde, og fyld vand til 3 cm under kanten. Kog op, og når retten har suget vand til sig efter omkring 10 minutters kogetid, fyldes vand op til 1,5 cm under kanten af gryden. Der koges op igen, og smages til med salt og peber, før gryden sættes i termoposen mens cous cous tilberedes.

Cous cous:

Hæld 2 tsk olie, samt kogende vand over cous cous'en (2 dele vand til en del cous cous) i den lille trangiagryde. Lad det trække i 10 minutter. Rist og hak mandlerne. Skyl og hak persille groft. Top med yoghurt, mandler, persille og granatæblekerner.