

Pepian – Guatemalsk kyllinggryte



Ingredienser:

Suppekjøtt til 4-6 personer (hel kylling eller høne passer fint)

60 g sesamfrø

60 g gresskarkjerner

4-8 hele tørkede chilifruktar (i Guatemala brukes sortene «Chile Pasa» og «Chile Guaque»). Merk at dette blir ganske kryddsterkt. Reduser mengden chili dersom du ønsker en mildere rett.

1, 1 kg tomater (+ en knyttneve tomatillos dersom du får tak i det)

4 fedd hvitløk

1 bunt vårløk, med stilk (eller fem små løker)

1 liten bunt koriander

½ kanelstang

Et lite stykke mørk sjokolade

Grønnsaker: grønne bønner, squash eller gresskar, gulrot og poteter

Ris

Fremgangsmåte:

1. Begynn med å koke kjøttet i en gryte med vann så det dekker. Under tiden kjøttet koker kan du gå videre med resten av oppskriften.
2. Rist chilien i en stekepanne, men brenn dem ikke. Ha dem i en bolle og sett til siden.
3. Rist sesamfrø og gresskarkjerner hver for seg i en stekepanne sammen med litt olje. Legg disse i bollen sammen med chilien.
3. Stek tomat (og tomatillo dersom du har det) godt, skallet må gjerne bli svart. Ha opp i den samme bollen.
4. Bryn hakket vårløk/løk sammen med hvitløk og koriander. Ha opp i bollen.
5. Kjør alt du har puttet i bollen (chili, sesamfrø, gresskarfrø, tomat (og tomatillo), løk, hvitløk og koriander) sammen med nok vann i en blender til at det blir til en jevn saus. Det skal ikke være noen store biter igjen. Hell dette i gryten med det nesten ferdigkokte kjøttet. Ha i kanelstangen.
5. Ha i grønnsakene i gryten i henhold til tiden de trenger for å bli ferdige. La alt koke til kjøttet er ferdig og grønnsakene er møre, og sausen er redusert til ønsket tykkelse. Retten er tradisjonelt servert tynn som en suppe.
5. Lag risen: stek først i olje med hvitløk og hakket løk. Følg deretter anvisningen på forpakningen.
6. Tilsett et lite stykke mørk sjokolade i gryten.
7. Server den ferdige gryten med riset. Bon provecho!

Tips: Ønskes en tykkere saus kan en bruke litt mer gresskarkjerner eller tilsette litt jevning.