

# Broccoli med kidneybønner

2 pers.

Mors Mad

mad.winther.nu



## Ingredienser

- 1 rødløg
- 1 broccoli
- 1 stor fed hvidløg
- 1 dåse hakkede tomater, 400 g
- 1 dåse kogte kidneybønner (nettovægt 420 g, drænet vægt 255 g)
- 1/2 bouillonterning
- 1/2 tsk. karry
- 1/2 tsk. sød paprika
- 1/2 tsk. røget paprika
- 1/2 tsk. gurkemeje
- 1 knsp. chiliflager
- Salt og peber
- Olivেনolie til stegning

## Beskrivelse

Skær rødløg i tynde skiver. Del broccoli i mundrette buketter. Hak hvidløget fint.

Svits rødløg i olivenolie på en pande til de er klare. Kom broccoli på panden og steg 2-3 minutter under omrøring. Tilsæt hvidløg og steg videre 2-3 minutter.

Tilsæt de hakkede tomater. Hæld væden fra bønnerne, kasser væden og kom bønnerne på panden.

Smuldr bouillonterning i. Smag retten til med salt, peber, karry, sød paprika, røget paprika, og gurkemeje. Varm retten igennem.

Drys lidt chiliflager over retten ved servering.