

Shiro wât (Eritrea)

Kikærtestuvning – tilbehør til injera



Tesmi er en krydret smør, der bruges i det eritreanske og etiopiske køkken. Man kan også bruge almindeligt smør eller ghee, der kan købes i asiatiske butikker.

Berberé krydderiet er et blandingkrydderi og helt essentielt! Kan købes i afrikanske butikker eller bestilles online.

INGREDIENSER

1,5 dl olie
1,5 dl kikærtemel
2 finthakkede løg
1 dåse hakkede tomater
4 fed hakkede hvidløg
2 spsk tesmi (eller ghee/smør)
5,5 - 6 dl vand
3 spsk berberé
1 tsk. hvidløgspulver
Salt og evt. en friskhakket jalapeño

SÅDAN GØR DU

- Opvarm en tykbundet gryde til middelvarme og steg løgene uden fedtstof til de er tørre og begynder at tage farve. 4-5 minutter. Tilsæt olie og berbere og lad det stege i 1-2 minutter.
- Tilsæt tomat og hvidløg. Lad det stege et par minutter.
- Pisk ca. halvdelen af kikærtemelet i blandingen sammen med halvdelen af vandet. Dernæst resten af kikærtemelet og resten vandet. Pisk til blandingen er helt jævn.
- Tilsæt tesmi, hvidløgspulver og salt efter smag.
- Lad simre 5-10 minutter på lav varme til olie syner på overfladen.
- Smag til med salt og jalapeño. servér med injera.

