

Søt Pongal-grøt



Sakkarai pongal er en tradisjonell dessert. Sakkarai betyr sukker på tamil. Den kokes tradisjonelt på bål ute og lages ofte ved spesielle anledninger som Thai pongal - feiringen dere ser i den første filmen i årets materiell.

Pongalgrøten smaker litt som risgrøten vi spiser i Norge. Får dere ikke tak i mungbønner kan mengden ris økes.

Dette trenger du

1,75 dl mungbønner

1,8 dl ris

2,5 dl melk

Vann

2,5 dl sukker

Olje

20 cashewnøtter og 20 rosiner

1 ts malt kardemomme

Fremgangsmåte

- Stek bønnene i en tørr gryte til de blir litt brune. Legg i en bolle og tilsett ris. Skyll blandingen i vann og tøm av vannet. Gjenta tre ganger.

- Bland 1 liter vann, melken og blandingen med bønner og ris i en kjele. Kok til den bli myk og vannet er borte. Kan ta 40 minutter.
- Samtidig: Bland sukker med ca 1,5 dl vann og varm til sukkeret er oppløst. Avkjøl litt.
- Varm 2 ss olje og stek nøttene til de er gylne. Tilsett rosinger og stek til de sveller. Sett til side.
- Når ris- og bønneblandingen er ferdig, tilsett kardemomme. Bland alt godt og mos lett. Tilsett sukkerblandingen og kok i fem minutter.
- Tilsett nøtter og rosiner. Bland og server i små serveringsskåler.

