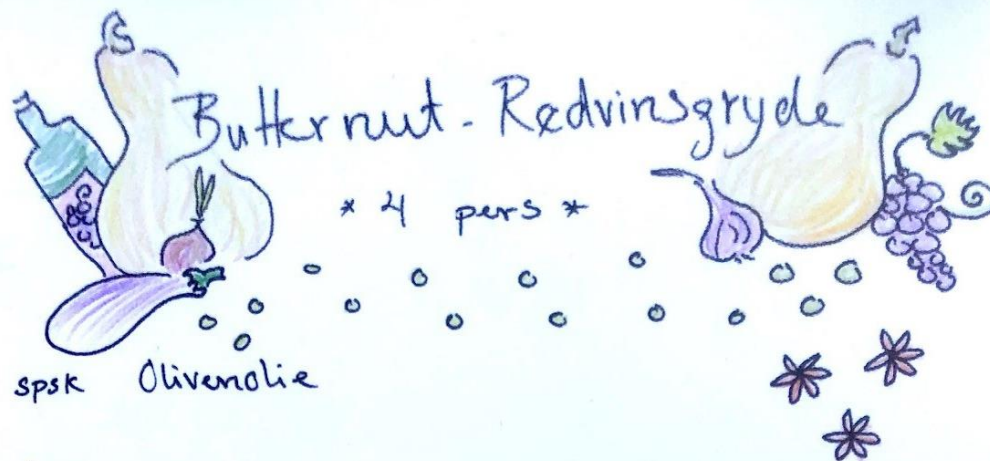




En del af
løsningen



- 2 spsk Olivenolie
- 2 løg
- 2-3 fed hvidløg
- 1 hel chili (ta' den op, når retten er stærk nok)
- cayennepeber (smag til for mere vindstyrke)
- 1 tsk oregano / timian / italiensk krydderi
- 1 laurbærblad
- 1-2 stjerneanis
- 5 hele nelliker
- 1/2 tsk gurkemeje
- 1/4 tsk kardemomme
- 1 stk hel kanel
- 12 grønne oliven u. sten
- 1.5 dl. Rødvín
- 1/2 grøntsagsbollion
- 400 gr. Butternut Squash
- 200 gr. Aubergine (skær på langs og læg m. salt, skyl).
- 400 gr. Hk. tomater - Kom erstattes af squash til andre grøntsager.
- 400 gr. kogte bønner
- 2 dl. vegansk yoghurt / creme fraiche



1

LAD OLIVENOLIEN BLIVE VARM.

SVITS LØG & HVIDLØG 2 MIN.

-TILFØR ALLE KRYDDERIERNE. SVITS 2 MIN.



2

TILFØR BUTTERNUT SQUASH, OLIVEN & VIN.

TILFØR VAND & HK. TOMAT SAMT
GRØNTSAGSBULLION.

LAD RETTEN KOGE - M. JÆVNLIG
OMRØRING TIL SQUASHEN ER MØR.



3

TILFØR BØNNER. LAD KOGE IGENNEM.
SMAG TIL.

