



# Kartofler med karry og vilde urter

## Haver til Mavers klassiker

**Antal:** Til 4-6 personer. **Sæson:** April-oktober

Læs opskriften igennem  
og fordel opgaverne,  
så alle har noget at lave.

### I skal bruge

750 g kartofler

1 løg

5 kardemommekapsler

1 tsk hel spidskommen

1 tsk korianderfrø

½ tsk karry

1 spsk olie

1 fed hvidløg

1 dl vand

To håndfulde vilde  
urter, fx hvidmelet gåse-  
fod, skvalderkål, løgkarse,  
mælkebøtteblade

### “Jeres egne ideer”

- hvordan vil I være kreative  
med denne ret?

### Sådan gør I

- 1 Skrub kartoflerne grundigt. De skal ikke skrælles.
- 2 Skær kartoflerne i små tern. Ca. 2x2x1 cm.
- 3 Pil løgene og skær dem i små tern. Ca. 0,5x0,5 cm.
- 4 Flæk kardemommekapslerne med en kniv og pil frøene ud. Rist kardemomme, spidskommen og koriander på en tør pande til de dufter. Ryst panden.
- 5 Kom krydderiblandingen i en morter og stød krydderierne.
- 6 Hæld olie i en gryde. Når olien er varm tilsættes løgene, de skal stege i nogle minutter mens der røres rundt. Tilsæt karry og krydderiblandingen og rør igen. Tilsæt kartofler og rør i ca. 1 minut. Derefter tilsættes hvidløg og vand.
- 7 Lad retten simre til kartoflerne er møre. Det tager ca. 15 minutter. Pas på det ikke brænder på. Tilsæt evt. mere vand.
- 8 Skyl de vilde urter godt. Pil bladene af stænglerne og hak urterne groft.
- 9 Når kartoflerne er møre vendes urterne i retten.