# Indisk ris med krydder og løk (Onion Pilau)




**Ingredienser**

♥ 500 g basmatiris
♥ 7 hele kardemommekjerner
♥ 10 nellikspiker
♥ 2 ts flaksalt
♥ 1 løk
♥ 2 ss olje, smør eller ghee (se tips)
♥ 7 dl vann

**Fremgangsmåte**

Skyll risen godt ved å ha den i en sikt under rennende, kaldt vann (se tips).

Ha risen i en riskoker (eller kjele hvis du bruker det). Knus kardemommekjernene lett ved å banke litt på dem og ha dem i riskokeren sammen med nellikspikere og salt.

Kutt opp løken og stek i stekepanne i olje, smør eller ghee (som er klarnet smør, se tips). Løken kan gjerne bli litt godt stekt.

Ha den stekte løken (og fettet i pannen) over risen.

Tilsett vann og rør om. La risen koke under lokk til den er klar.

Fluff opp den ferdigkokte risen med en gaffel.

Ha risen over i en serveringsbolle.

**Tips**

♥ Basmatiris er langkornet ris som er typisk for det indiske kjøkken.

♥ Å skylle risen før koking, gjør den ikke bare renere; det gjør også at du får fjernet noe av stivelsen hvilket gjør at du får en mye luftigere ris.

♥ Det er vanlig å bruke ghee i indisk matlaging, som er klarnet smør. Klarnet smør betyr at melkestoffene i smøret er fjernet, hvilket gjør at smøret tåler bedre steking med høy temperatur. Ghee (klarnet smør) kan lages selv, og fås kjøpt ferdig i internasjonale matbutikker. Har du ikke ghee, går det helt fint å bruke nøytral matolje eller vanlig meierismør.

♥ Det er ikke så godt å tygge på hel kardemomme eller nellik, så fjern dem gjerne før du har risen over i serveringsskålen. Eller la dem bli værende i hvis du ikke gidder å fjerne dem, men vær oppmerksom på dem når du spiser risen. Du kan variere risen ved å tilsette flere krydder, for eksempel en hel kanelstang og en halv teskje hele spisskummenfrø.

♥ Hvis du ikke har riskoker, kan du alternativt først steke hakket løk og hele krydder i en kjele med olje, smør eller ghee. Tilsett den skylte risen og la den steke med i et par minutter før du heller på vann og tilsetter salt. Kok risen under lokk.

♥ Onion Pilau passer til det meste av indisk mat. Jeg serverte denne risen til **Hara Masala Chicken (Indisk, grønn kyllingcurry)**.

♥ Se også **Indisk, gul ris (Turmeric Rice)**.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

---

**Source URL:** https://www.detsoteliv.no/oppskrift/indisk-ris-med-krydder-og-lok-onion-pilau