**Babos kása – nigériai recept**

****

A babkását Nigériában finomságnak tartják, és szinte minden nigériai szereti. míg különböző nigériai etnikai csoportokban eltérő receptek léteznek.

**Összetevők**

* 5 csésze bab / apró szemű fehér, vagy fekete bab
* 1 csésze szeletelt lilahagyma + 1 db a bab főzéséhez
* 2 (erő)leveskocka
* 200 ml étolaj
* 4 db nagy aprított paradicsom
* 4 db kápia paprika ízlés szerint
* só ízlés szerint

1. A babot főzd elő 3 percig. Öblítsd le, és tedd félre egy tálban.
2. Turmixoljuk le a paradicsomot, lilahagymát és a kápia paprikát.
3. Olajon süssük át a darált paradicsomot/paprikát egy serpenyőben. Süssük kb. 15. percig, amíg besűrűsödik.
4. Főzd meg a babot, puhára. kb. 6 csésze vízzel egy fazékban, add hozzá a plusz aprított lilahagymát is, és 40-50 percig főzd, amíg megpuhul.
5. Ha a bab megpuhult, add hozzá a 2 (erő)leveskockát, sült paradicsomot/paprikát.
6. Ízlés szerint adj hozzá sót.
7. Fedd le és főzd még 10 percig, és kész a babkása.

Van, aki sült étkezési banánnal tálalja. Ez helyettesíthető sült édesburgonyával.

Tálalhatod forrón, vagy hagyhatod pár percig hűlni és besűrűsödni.

Rövid video az elkészítésről:

[youtube.com/watch?v=6D1OX5j7o0E&t=9s](https://youtu.be/6D1OX5j7o0E?si=itSxt9bLp6Q6GlwP)