

# Søtpotetstuing

## INGREDIENSER

- 200 g søtpoteter kuttet i terninger
- 6 ss olje
- 2 store tomater kuttet i terninger
- 1 ts sort pepper
- 1 løk, kuttet
- 1 ss tomatpurè
- 3 dl vann
- salt etter smak

## SLIK GJØR DU

1. Varm oljen i en panne, ha i smør, paprika, løk og hvitløk. La det surre til løken er myk.
2. Ha i hakket tomat og la det surre i 10 min til.
3. Ha så i puré, pepper, sukker, salt, vann og eddik. Rør godt. Småkok i 10 min.
4. Skrell bananene, skjær i tynne skiver og legg i formen sammen med fisken. Hell den varme sausen over, dryss over persille.
5. Legg over folie, og la det hele bake i ovnen på 180 grader i ca 35 minutter.

*Serveres med ris eller nshima*

