



Curry warzywne

przepisy.pl



 30 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- ziemniaki - 250 gramów
- okra - 250 gramów
- zielony groszek (mrożony) - 250 gramów
- kalafior (same różyczki) - 1 sztuka
- ząbek czosnku - 3 sztuki
- kawałek imbiru wielkości kciuka - 1 sztuka
- Gorczyca z Kanady Knorr** - 1 łyżeczka
- klarowane masło - 1 łyżka
- Kmin rzymski z Indii mielony Knorr** - 1 łyżeczka
- Chili z Indii Knorr** - 1 łyżeczka
- Kurkuma z Indii Knorr** - 1 łyżeczka
- zielona papryczka chili - 1 sztuka
- suszone liście curry - 10 sztuk
- jogurt naturalny gęsty - 200 mililitrów
- sól do smaku - 1 szczypta

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Ziemniaki obierz, pokrój w kostkę i ugotuj w niewielkiej ilości posolonej wody na półtwardo. Odcedź, zachowując wodę spod gotowania.
2. Obierz imbir i czosnek, a następnie zgnieć w moździerzu razem z ziarnami gorzycy.
3. W rondlu lub woku rozgrzej klarowane masło. Wsyp przyprawy w proszku, czyli kmin, chili i kurkumę, a po chwili dodaj imbir, czosnek i gorzycę i wymieszaj. Dodaj pozbawioną pestek i pokrojoną w paski papryczkę chili oraz liście curry. Smaż kilkadziesiąt sekund.
4. Dodaj ziemniaki, zielony groszek, okrę z odciętymi ogonkami i różyczki kalafiora. Podlej nieco wodą spod gotowania ziemniaków i duś, aż jarzyny częściowo zmiękną, pozostając jędrne.
5. Posól do smaku, dodaj jogurt, wymieszaj i podawaj.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl