

SECONDI PIATTI

Curry di pesce

LUOGO: Asia / India

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

- 10-12 pesci filettati
- 8-9 foglie di curry
- 6-10 spicchi d'aglio tritati finemente
- 1 cucchiaino di pasta di zenzero
- 5 peperoncini verdi affettati finemente
- 2/3 tazze di cipolle grattugiate
- 3 pomodori passati
- 1 cucchiaino di semi di mostarda
- ½ cucchiaino di polvere di peperoncino rosso
- garam masala e coriandolo in polvere
- ½ cucchiaino di polvere di curcuma
- 2 tazze di latte di cocco
- 1 cucchiaio d'aceto
- un pugno di foglie di coriandolo
- 2 cucchiai d'olio
- sale a piacere.

PREPARAZIONE

- 1 Scaldare l'olio in una padella e condire con semi di mostarda a fuoco medio fino a che cominciano a scoppiettare. Aggiungere l'aglio e lo zenzero e mescolare per un minuto. Aggiungere i peperoncini verdi e le cipolle e saltare fino a che si indorino per bene. Aggiungere la polvere di curcuma, le foglie di curry e i pomodori. Friggere per 2-3 minuti. Aggiungere il latte di cocco e portare ad ebollizione. Aggiungere il pesce, il sale e l'aceto. Coprire e sobbollire per qualche minuto fino a che il pesce diventi tenero. Mescolare una volta sola o due e molto dolcemente per assicurarsi che i filetti di pesce non si rompano. Assaggiare e aggiustare il condimento. Guarnire con le foglie di coriandolo e servire caldo.