

SECONDI PIATTI

Fagioli di Lima e curry di trippa

LUOGO: *Africa / Mauritius*

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



INGREDIENTI

- 375 g di fagioli di Lima
- 1 kg di trippa di manzo
- 4 cucchiai di polvere di curry
- 4 cucchiai di foglie di coriandolo tritate
- 7 foglie di carri poulet (o alloro)
- 4 chiodi di garofano
- 450 g di passata di pomodori in scatola
- sale e pepe a piacere
- 1 cipolla media tritata
- 1 cucchiaino di zenzero schiacciato
- 1 cucchiaino di aglio schiacciato.

PREPARAZIONE

- 1** Immergere i fagioli di Lima in acqua calda per 30 minuti. Tagliare la trippa in piccoli pezzi. Scolare i fagioli di Lima dall'acqua. Mettere i fagioli di Lima e i pezzi di trippa con 1 litro di acqua pulita e i chiodi di garofano in una casseruola. Portare a bollitura e far sobbollire

finché i fagioli di Lima e i pezzi di trippa siano cotti completamente e siano teneri. Va ricercato un delicato equilibrio tra la tenerezza dei pezzi di trippa e quella dei fagioli di Lima. Aggiustare il tempo di cottura a seconda delle preferenze. Rimuovere la casseruola con la trippa ed i fagioli dal fuoco e mettere da parte. In un'altra casseruola scaldare 2 cucchiaini di olio. Aggiungere le cipolle tritate, l'aglio, lo zenzero e cuocere le cipolle finché siano soffici e trasparenti. Aggiungere la passata di pomodoro, le foglie di carri poulet e metà delle foglie di coriandolo tritate. Miscelare bene il tutto e lasciar sobbollire fino a che gli ingredienti siano ben amalgamati e si sia ottenuta una consistenza cremosa. Aggiungere la polvere alla salsa e miscelare bene insieme. Far sobbollire per 5 minuti. Aggiungere i fagioli di lima, la trippa e l'acqua di cottura in una miscela di curry. Lasciar sobbollire per 30 minuti. Mescolare regolarmente per miscelare bene e prevenire che bruci sul fondo della pentola. Cuocere fino alla consistenza desiderata. Si può aggiungere dell'acqua calda per ottenere la consistenza della salsa preferita. Rimuovere dal fuoco e versare il tutto in un piatto da portata caldo. Cospargere con le rimanenti foglie di coriandolo tritate. Servire con riso basmati caldo.

Accompagnato con chutney di pomodoro.