

SALSE E SUGHI

Hawayej

LUOGO: *Asia / Afghanistan*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *molto bassa* COSTO: *molto basso* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*



INGREDIENTI

- 3 cucchiaini di pepe nero in grani
- 3 cucchiaini di semi di cumino
- 2 cucchiaini di curcuma
- 1 cucchiaino di cardamomo
- 1 cucchiaino di coriandolo

PREPARAZIONE

1 Macinate insieme tutti gli ingredienti con un mortaio e un pestello o in un macinino. Conservate in un contenitore con chiusura ermetica.

Sfregate questo mix di spezie sul manzo, il maiale o il pollo 2 ore prima di grigliare la carne. Queste spezie danno anche un sapore pungente al tonno, al pescespada, al pesce azzurro e al branzino; strofintelo su entrambi i lati della bistecca o del filetto circa 1 ora prima di grigliarlo.

In entrambi i casi, questo mix di spezie può essere lasciato sulla carne o sul pesce durante la cottura per creare una crosta abbrustolita e saporita.

Può anche essere aggiunto al riso bollito o alle zuppe estive a piacere.

Con questa ricetta se ne ottiene 1/3 di tazza.