

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

# Curry di patate e cavolfiore al cocco

di: *Cookaround*

---

LUOGO: *Asia / India*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *20 min*    COTTURA: *30 min*    COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *media*

---



Il **curry di patate e cavolfiore al cocco** è un piatto molto versatile, potreste, infatti, presentarlo come antipasto in quantità moderate, come contorno ad un bel piatto di carne, magari tandoori o ancora come secondo piatto accompagnandolo con del riso per i vegetariani. Se come noi amate il sapore magnifico del curry, dovete provare assolutamente anche il [pollo al curry veloce](#).

Insomma, un piatto che ben si presta a qualsiasi esigenza. Se vi dovessero avanzare delle patate provatele al [forno!](#)

## INGREDIENTI

CAVOLFIORE 500 gr

PATATE 500 gr

CIPOLLOTTI 3

CURRY 2 cucchiaini da tavola

LATTE DI COCCO 250 ml

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiaini da tavola

SALE

## PER ACCOMPAGNARE

RISO lessato -

## PREPARAZIONE

- 1 Quando volete preparare il curry di patate e cavolfiore al latte di cocco, sbucciate le patate e conservale in acqua fredda mentre preparate le altre.

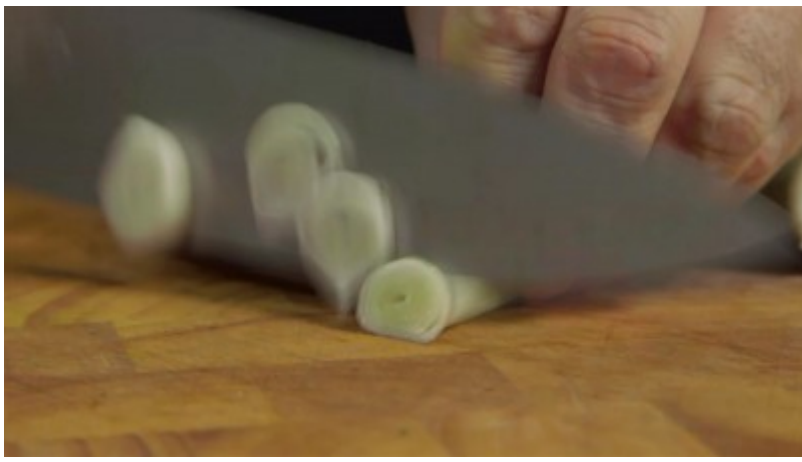




**2** Preparate anche il cavolfiore che taglierete a fioretti.



**3** Affettate finemente i cipollotti e metteteli a soffriggere nel balti con un giro d'olio.



**4** Asciugate bene sia le patate che il cavolfiore ed unitele nel tegame.

Insaporite il tutto con il curry e del sale.





**5** Aggiungete, infine il latte di cocco e portate a cottura, ci vorranno circa 20 minuti. Una volta cotte le verdure, impiattatele, ultimate con una spolverata di prezzemolo triatto ed accompagnate con del riso bianco.



CONSIGLI