

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Curry di cavolfiore

LUOGO: Asia / India

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 40 min COSTO:

basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

CAVOLFIORE 1

PATATE piccole - 5

BURRO CHIARIFICATO 30 gr

CIPOLLE piccola - 1

ZENZERO 1 cucchiaino da tè

CURCUMA MACINATA 1,5 cucchiaini da tè

CHILI IN POLVERE ½ cucchiaini da tè

PREZZEMOLO

SALE

Curry di cavolfiore, un contorno indiano ricco di colori e sapori...le spezie sono fondamentali in questa cucina, vengono utilizzate sempre in modo sapiente per esaltare i sapori naturali dei vari ingredienti.

In questo caso si usa curcuma, chili e zenzero che conferiscono un color giallo intenso alla pietanza, ottima come accompagnamento a piatti di curry.

PREPARAZIONE

1 Affettate la cipolla molto sottilmente.

Fate fondere il burro chiarificato in un balti o in una casseruola a fondo spesso ed unite le cipolle.



2 Aggiungete lo zenzero in pasta e la curcuma in polvere. Fate soffriggere bene il tutto aggiungendo, se necessario, pochissima acqua.



3 Nel frattempo dividete il cavolfiore in cimette e tagliatele in fette; lavatele e scolatele bene.

Sbucciate e tagliate anche le patate a tocchetti.



4 Trasferite il cavolfiore e le patate nel balti, aggiungete il chili in polvere ed il sale e lasciate

cuocere per una decina di minuti a fiamma alta.



5 A questo punto aggiungete dell'acqua, coprite con un coperchio e cuocete per una mezz'oretta o fino a cottura completa delle verdure.

Scoperchiate la casseruola e fate evaporare il liquido in eccesso.



6 Impiattate il curry di cavolfiore e cospargetelo con del prezzemolo tritato.

Questo piatto è delizioso come accompagnamento di tutte le preparazioni al curry.

