

SECONDI PIATTI

# Khati meethi Kadhi

LUOGO: Asia / India

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



## INGREDIENTI

2 tazze di yogurt acido  
2 cucchiaini di zucchero di canna  
2 cucchiaini di farina di ceci (bengal)  
1 cucchiaino di zenzero  
2 foglie di curry  
qualche foglia di coriandolo  
2 peperoncini verdi  
sale a piacere.

## PER IL CONDIMENTO

1 bastoncino di cannella  
5 chiodi di garofano  
 $\frac{1}{4}$  cucchiaino di semi di fieno greco  
 $\frac{1}{2}$  cucchiaino di semi di cumino  
 $\frac{1}{4}$  cucchiaino di polvere di Assafetida  
1 cucchiaio di olio.

## PREPARAZIONE

- 1 Montare lo yogurt acido e aggiungere acqua a sufficienza per ottenere una consistenza piuttosto liquida. Aggiungere la farina di ceci e far riposare. Tagliare lo zenzero e tritarlo finemente, tagliare i peperoncini verdi in due e metterli da parte. Tritare lo zucchero di canna, lavare e tritare le foglie di coriandolo e mettere da parte. Aggiungere al preparato di yogurt lo zenzero tritato, lo zucchero di canna e il sale a piacere. Scaldare l'olio in una padella. Aggiungere i semi di mostarda, i semi di cumino e le foglie di curry. Aggiungere i peperoncini verdi tagliati e la assafetida. Aggiungere il misto di yogurt e mescolare costantemente fino a che inizi a bollire. Cuocere a fuoco basso per 5-8 minuti.

Una preparazione Gujrati

## NOTE