SALSE E SUGHI

Spezie miste afghane

LUOGO: Asia / Afghanistan

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 5 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media

Le spezie miste afgane costituiscono un insaporitore molto molto utilizzato in Afganistan. Solitamente viene utilizzato per le carni di manzo, maiale o pollo e deve essere sfregato sulla carne almeno 2 ore prima di grigliarla.

Aggiunge anche una nota pungente al tonno, al pescespada, al pesce azzurro o al branzino se strofinato da entrambi i lati della bistecca o filetto di pesce circa 1 ora prima di grigliarli.

In entrambi i casi, questo composto può essere lasciato sulla carne o il pesce mentre vengono grigliati per formare una crosta saporita.

Usate come insaporitore possono essere mescolate al riso bianco o alle zuppe estive.

INGREDIENTI

PEPE NERO 3 cucchiai da tavola

CARDAMOMO 1 cucchiaio da tavola

CUMINO 3 cucchiai da tavola

CORIANDOLO 1 cucchiaio da tavola

CURCUMA 2 cucchiai da tavola

PREPARAZIONE

1 Riunite in un macinino o in un mortaio il cardamomo, i semi di cumino, ed il coriandolo. Tritate o pestate il tutto molto finemente, fino ad ottenere una polvere sottile.

2 Passate la polvere ottenuta attraverso le maglie fitte di un colino.

3 Aggiungete, infine, il pepe e la curcuma già in polvere e mescolate bene.