

Curry de berenjena y coco by Jamie Oliver



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Irene Delafú



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Vegana

Otros: Cocina Exótica

Coste: Económico

Descripción:

Receta traducida de Jamie Oliver.

Ingredientes para 4 personas :

- 3 cucharadas de Aceite de cacahuete
 - 6 Berenjenas pequeñas
 - 1 trozo de unos 3cm de Jengibre fresco
 - 3 dientes de Ajo
 - 1 Cebolla
 - 2 cucharaditas de Semillas de comino
 - 1 cucharada de Semillas de mostaza negra
 - 12 Hojas de curry frescas
 - 2 Chiles rojos secos
 - 1 cucharada de Puré de tomate
 - 2 cucharaditas de Garam Masala
 - 400 g de Leche de coco
 - 1 Cebolla roja
 - 1 manojo de Cilantro fresco
-

Preparación:

Paso 1

Calentar 2 cucharadas de aceite en una sartén a fuego medio-alto. Trocear y añadir las berenjenas. Freír durante 6 - 8 minutos o hasta que estén tiernas removiendo para que se doren por todas partes. Reservar. Pelar y rallar finamente el jengibre y el ajo. Picar finamente la cebolla blanca. Añadir el resto del aceite a la sartén, las semillas de comino y mostaza y freír. Bajar el fuego, añadir las hojas de curry y los chiles secos y continuar la cocción hasta que las hojas se cocinen. Añadir el jengibre y el ajo y freír durante 1 minuto. Añadir la cebolla picada junto con ½ cucharadita de sal marina, bajar el fuego y cocer durante 5 - 7 minutos o hasta que la cebolla esté suave. Agregar el puré de tomate, el garam masala y la leche de coco. Llevar a fuego lento, añadir la berenjena y cocinar 10 minutos más. Picar la cebolla roja y las hojas de cilantro. Mezclarlas y disponer en un cuenco. Servir el curry con la ensalada de cebolla roja.