Curry de verduras con anacardos

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

Creador: Irene Delafú **Recetizador:** CarmenGar



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Segundo plato
Tipo de cocina: Vegetariana
Otros: Cocina Exótica
Coste: Medio

El truco de esta receta:
Usa las verduras que más te gusten.

Descripción:

Ingredientes para 2 personas :

- 1 Cebolla roja en tiras
- 200 g. de Coliflor en ramilletes
- 200 g. de Judías verdes
- 200 ml. de Leche de coco
- 100 g. de Anacardos al natural
- 2 Ajo picado
- 1/2 cucharadita de Comino molido
- 1 cucharadita de Semillas de cilantro molidas
- 1/2 cucharada de Curry en polvo
- Un trozo de 1 cm. de Jengibre fresco rallado
- 2 cucharadas de Aceite de oliva

Preparación:

Paso 1

Calienta el aceite en un wok y saltea el ajo con el jengibre a fuego bajo hasta que empiecen justo a tomar color. Añade las especias y la cebolla, también las judías y la coliflor. Cocínalo a fuego bajo unos 2 minutos. Añade la leche de coco y deja que cueza 5 minutos a fuego medio removiendo de vez en cuando. Añade los anarcardos y retira.