Curry de pois chiches à la coco

scritto da Mirko Achermann | 25 Gennaio 2024
Per 4 Persone

Ricetta ricevuta da Gabriele Rabaglio



- Per 4 persone
- Preparazione: 10 minuti
- Cottura: 20 minuti

Salve, ho pensato a una ricetta veloce, facile e deliziosa, assolutamente perfetta per un pasto feriale quando si ha poco tempo: un piccolo curry di ceci nel latte di cocco!
Potete variare le spezie a seconda delle vostre preferenze, così come le erbe utilizzate nella ricetta.
A me piace servire questo piatto con riso bianco o pane indiano come il denaan.

Ingredienti:

- 1 cipolla
- 2 spicchi d’aglio
- 1 cucchiaino di zenzero fresco grattugiato
- 1 cucchiaino di garam masala
- 1/2 cucchiaino di cumino in polvere
- 1/2 cucchiaino di coriandolo in polvere
- 1/4 di cucchiaino di curcuma in polvere
- 1/4 di cucchiaino di paprica in polvere
- 2 cucchiai di concentrato di pomodoro
- 2 scatole di ceci
- 2,5 dl. di latte di cocco
- 1/2 mazzetto di coriandolo
- Olio neutro
- Sale e pepe

Preparazione:

1. Tritare finemente la cipolla e l’aglio.
   Scaldare un po’ di olio neutro (o ghee) e soffriggere per 5 minuti, quindi aggiungere lo zenzero e cuocere per altri 1-2 minuti.
   
2. Aggiungere le spezie, poi il concentrato di pomodoro, mescolare e continuare a cuocere fino a quando la pasta si rosola leggermente.



3. Aggiungere i ceci con 2-3 cucchiai d’acqua, coprire e cuocere per 5 minuti, quindi aggiungere il latte di cocco e cuocere per altri 10 minuti.



4. Servite il curry con il coriandolo tritato e gli accompagnamenti che preferite!
   Buon appetito

