
Baranina Madras

Dodano: 2010-01-01 14:43:40

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1345 razy.

Kuchnia indyjska

1/2 kg baraniny pokrajanej w plastry

5 łyżeczek sklarowanego masła - ghee lub oleju

1 duża cebule drobno posiekane

2 łyżeczki garam (masła)

1-2 łyżeczki chilli

5 łyżek pasty pomidorowej

3 kardamony (dowolnie)

1/2 łyżeczki imbiru

1 łyżeczka soli sok z połówki cytryny lub 3 łyżeczki soku z rabarbaru ewentualnie

1 łyżeczka octu 6 proce.)

1. W garnku ze szczelnym przykryciem rozgrzać masło lub olej, szybko obsmażyć mięso, przełożyć na talerz.
2. Włożyć do garnka cebulę wraz z garam masła i chilli, smażyć na średnim ogniu przez 4 min., stale mieszając.
3. Włożyć mięso i pastę pomidorową, kardamon, imbir, wymieszać, i dusić pod przykryciem na małym ogniu przez 30 min., od czasu do czasu mieszając. W razie potrzeby podlać wodą, sos jednak powinien być gęsty.
4. Dodać sól, sok z cytryny, rabarbaru lub ocet, dusić jeszcze przez 15 min., aż mięso będzie miękkie. I
5. Podawać z ryżem ugotowanym na sypko lub indyjskimi chlebami (NAN lub CHAPPATI i RAITA
Proporcje dla 4-5 osób

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD