Ostra zupa

Dodano: 2010-01-01 17:43:12
Język: niezdefiniowany
Odwiedzono: 1858 razy.

Kuchnia indyjska
Przepis: oryginalny

1 duża cebula
pokrajana w plasterki
1 posiekany ząbek czosnku
1 łyżka Imbiru
2 zielone strąki chlli
4 łyżki sklarowanego masła ghee
1/2 łyżeczki mielonej kolendry
1/2 łyżeczki kurkumy (curams domenäs)
1/2 łyżeczki ziarenek cumin (cummln cyminum)
1 łyżka soli
1/2 łyżki mielonego
fenugreek (trigortalla facnuni)
6 i 1/2 szklanki wywaru z kości
lub wody z 1-2 kostkami rosołowymi
plasterki cytryny (dowolnie)

1. Na rozgrzanym maśle smażyć cebulę, czosnek, imbir i chili na małym ogniu przez 2 min., stale mieszając.
2. Dodać kolęndrę kurkumę, ziarna cumin, sól, fenugreek i smażyć na małym ogniu przez 3 min. mieszając.
3. Zalać wywarem lub wodą z rozpuszczonymi kostkami rosołowymi, zagotować , zmniejszyć płomień i gotować przez 10 min.
4. Usunąć z wywaru strąki chili.
5. Podawać w filiżankach z plasterkami cytryny.

Proporcje dla 6 osób

Przepis w naszej kuchni

1 mała bułka drobno posiekana
1 roztarty ząbek czosnku
1-2 łyżeczki masła
1/4 - 1/8 przyprawy chili
1/4 łyżeczki imbiru
szczypta mielonego kminku
1/4 łyżki mielonej kolendry
1/2 łyżki soli
1 łyżka soku z cytryny
(dowolnie)
3 i 1/2 szklanki wywaru z kości lub wody z kostką rosołową

1. Rozgrzać masło w małym rondlu, dodać cebulę, czosnek, chili, imbir, kminek i kolęndrę. dokładnie wymieszać . Smażyć na małym ogniu przez 3 min., stale mieszając.
2. Zalać wywarem lub wodą z rozpuszczoną kostką rosołową, dodać sok z cytryny i sól, zamieszać , gotować na małym ogniu przez 15 min.
3. Podawać w filiżankach.

Proporcje dla 3-4 osób

Nades□a□(a): Cartall - Książka Kucharska na CD