
Ostra zupa

Dodano: 2010-01-01 17:43:12

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1763 razy.

Kuchnia indyjska

Przepis: oryginalny

1 duża cebula
pokrajana w plasterki
1 posiekany ząbek czosnku
1 łyżka imbiru
2 zielone strąki chilli
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 rozgrzonym maśle smażyć cebulę, czosnek, imbir i chili na małym ogniu przez 2 min., stale mieszając.
 2. Dodać kolendrę 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 kolendrę. 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

Nadesła(a): Cartall - Książka Kucharska na CD