

Curry warzywne



Autor: **Tenkowa_Kuchnia**
Przepisów: 8 Ocena: 46



3-4 os.



30 min



łatwe



przystępne



Składniki:

- Kuskus 220g
- Bulion 430 ml
- Cebula 100 g
- Jabłko - jedno duże
- Marchew - 2 małe
- Kalarepa 1/2
- Papryka czerwona 1/2
- Kalafior 150 g
- Pomidory koktajlowe 250 g
- Zielony groszek 150 g
- Sos sojowy 1,5 łyżki
- Sól 1,5 łyżeczki
- Curry 2 łyżeczki
- Pieprz 2 łyżeczki
- Olej roślinny 2 łyżki
- Woda 100 ml

Sposób przygotowania:

- 1 Rozgrzej olej w rondelku. Dodaj drobno posiekaną cebulę oraz curry. Duś 2 minuty.
- 2 Kalarepkę, paprykę i marchew pokrój w kostkę (około 2 cm).
Jabłko pokrój w drobną kostkę.
Dodaj to wszystko do rondelka razem z wodą, solą i pieprzem.
Zagotuj, a następnie duś przez 10 minut na mniejszym gazie.
- 3 W międzyczasie zrób bulion i zalej nim kuskus. Odstaw do nasiąknięcia.
- 4 Dodaj do rondelka pokrojone na połówki pomidorki, groszek i sos sojowy. Duś wszystko około 3 minut
- 5 Wymieszaj kuskus z warzywnym curry. Podawaj posypane świeżo zmielonym pieprzem.

Smacznego ;-)

Twoje notatki do przepisu: