Canihua z dynią, pieczarką i curry

Barbara Strużyna

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska, polska**

Warto wiedzieć:

35 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

- canihua - 1 szklanka
- dynia hokkaido - 1/4 szt.
- pieczarki - 10 szt.
- mleko kokosowe - 10 łyżka
- cebula - 1 szt.
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku
- curry - 2 łyżeczka
- imbir w proszku - do smaku
- czosnek - 2 ząbek
- olej do smażenia, oliwa lub olej kokosowy - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Canihuę gotujemy w/g przepisu na opakowaniu. Zatem zalewamy 1 szklankę canihuy 2 szklankami wody i gotujemy ok 15-20 min do wchłonięcia wody. Lekko solimy ziarenka podczas gotowania.

KROK 2: Na patelni rozgrzewamy lekko olej i podsmażamy pieczarki, solimy i lekko pieprzymy dodajemy pokrojoną w kostkę cebulkę i dusimy do zeszklenia cebulki.

KROK 3: Dynię hokaido obieramy ze skórki lub nie jak koto woli i kroimy w kawałki . Dorzucamy na patelnię i dusimy wszystko razem. Następnie dodajemy mleko kokosowe i przyprawy i ząbki czosnku. Dusimy pod przykryciem do momentu w którym dynia jest miękka.

KROK 4: Dodatkowo możemy ugotować przez 8 min brokuły, pokroić pomidorki i posiekać natkę pietruszki.

KROK 5: Wykładamy na talerz sos dyniowo-pieczarkowy , posypujemy canihuą dodajemy gotowane brokuły i przekrojone surowe pomidorki, posypujemy natką pietruszki.

Smacznego!!