




## Indyjskie curry z seitanem

 TERRASANA POLAND

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska**

### Warto wiedzieć:

 15 min

 1 porcja

### Składniki:

czerwona cebula - 1 szt.

czerwona papryka - 1 szt.

Seitan w sosie tamari Terrasana - 175 g

oliwa z oliwek - 1-2 łyżka

Sos Curry Indian Tikka Masala Terrasana - 350 g

ciecierzyca w zalewie - 150 g

orzechy nerkowca - 30 g

Chlebek Naan - 1 opakowanie

szpinak (opcjonalnie) - 200 g

ostry sos sambal ulek (opcjonalnie) - 1 łyżka

### Dodatkowe info:

Czy chcesz, aby Twoje indyjskie curry było smaczne i wegańskie? To curry z seitanem, ciecierzycą i papryką jest najlepszym wyborem. Smaczne i pełne warzyw, pyszne z naan lub ryżem.

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Drobno posiekaj czerwoną cebulę i paprykę.

Wlej olej do woka lub patelni i smaż cebulę przez 2 minuty.

Dodaj paprykę i seitan, smaż przez kolejne 2 minuty.

Opcjonalnie: dodaj szpinak i mieszaj na małym ogniu.

Odcedź ciecierzycę. Dodaj sos curry i ciecierzycę, gotuj curry na wolnym ogniu przez 5-10 minut.

W międzyczasie ugotuj ryż i/lub upiecz naan w piekarniku zgodnie z instrukcją na opakowaniu.

Podziel curry na porcje do misek.

Udekoruj orzechami nerkowca i opcjonalnie sambalem.

Podawaj z ryżem i/lub naan.