




Indyk w oleju curry


 mariola.mk

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

 60 min

 7 porcji

Składniki:

indyk - uda bez kości - 1 kg
marchew - 4 szt.
seler naciowy - łodygi - 4 szt.
szalotka - 4 szt.
czosnek - 4 szt.

olej curry Bio Planete - 4 łyżka
curry - 1 łyżeczka
sól - - do smaku
pieprz - - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Indyk bez kości, kawałki mniej więcej wielkości jednej porcji, myjemy i wkładamy do garnka żeliwnego lub żaroodpornego. Dokładamy pokrojone w kawałki marchewki, seler, obrane szalotki i czosnek (ząbki). Polewamy olejem o smaku curry, doprawiamy jeszcze przyprawą curry, solą i pieprzem. Mieszamy wszystko ze sobą. Na wierz możemy jeszcze położyć gałązkę selera naciowego.

KROK 2: Pieczemy indyka przez ok. godzinę w 180 stopniach.

KROK 3: Propozycja podania:

Ryż lub kasza ugotowana na sypko. Sałatka ze szpinaku, mango i oleju z curry. Wszystko posypane szczypiorkiem i/lub sezamem.