Mięsne pulpeciki w stylu indyjskim

Julia Kośminek

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska**

Warto wiedzieć:

45 min

1 porcja

Składniki:

- Mięso mielone jagnięce - 250 g
- Mleko kokosowe - 1/2 szklanka
- Puszka pomidorów z sokiem - 1/2 szklanka
- Bulion warzywny - 1/2 szklanka
- Groszek zielony mrożony - 1/2 szklanka
- Cebula - 1 szt.
- Pasta czosnkowo - imbirowa - 2 łyżka
- Kolendra - 1/2 łyżeczka
- Proszek garam masala - 1 łyżeczka
- Liść laurowy - 1 szt.
- Olej curry Bio Planete - 3 łyżka
- Goździki - 3 szt.
- Kardamon - 3 szt.
- Świeżo posiekana kolendra - 1 łyżka
- Sól, cukier - 1 szczypta

Sposób przygotowania:

KROK 1: Najpierw mieszam mięso mielone z połową posiekanej kolendry, połową pasty czosnkowo imbirowej i odrobiny ghee. Z powstałej masy formuję małe pulpeciki i obsmażam na patelni z olejem curry. Do zbrązowienia i odkładam na oddzielny talerz.

KROK 2: W woku rozgrzewam pozostały tłuszcz ze smażenia pulpecików, do niego dodaję pozostałe przyprawy, cebulę, pastę czosnkowo/imbirową. Gdy cebulka się zrumieni dodaję pomidory oraz bulion. Gdy sos się zagotuje dodaję garam masala, sproszkowana kolendrę, liść laurowy, cukier oraz groszek.

KROK 3: Na małym ogniu duszę do zgęstnienia po czym dodaję mleko kokosowe, sól i wcześniej zrumienione pulpeciki. Duszę przez następne 5-10 minut. Przed podaniem można posypać świeżą kolendrą.

KROK 4: Smacznego.