





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, sproszkowaną 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.