

POIS CHICHES AU CURRY AVEC LAIT DE COCO

INGRÉDIENTS

- 1 cs d'huile de coco
- 1 oignon haché
- 2 gousses d'ail finement hachées
- 400 g de tomates hachées
- 250 ml de lait de coco
- 1 boîte de pois chiches 400 g
- 1 1/2 cc de garam masala
- 2-3 c. à c. de curry
- 1 c. à c. de cumin
- sel, poivre et piment
- Riz pour servir



PRÉPARATION

- Faire chauffer l'huile dans une grande poêle. Ajoutez l'ail et les oignons et faites-les blondir. Ajouter les tomates hachées et le lait de coco et laisser mijoter quelques minutes.
- Ajouter les pois chiches égouttés et laisser mijoter pendant environ 10 minutes. Ajouter les épices et laisser mijoter encore cinq minutes.
- Assaisonnez avec du sel, du poivre et du piment, puis servez avec du riz et de la coriandre fraîche.

CONSEIL

- Le curry se conserve 3-4 jours au réfrigérateur et environ 3 mois au congélateur.
- Vous pouvez adapter la recette en ajoutant d'autres légumes. Les patates douces, les épinards et le chou-fleur sont par exemple super délicieux.
- Outre le riz, le pain naan, le pain pita et le pain pita sont d'excellents accompagnements.