



Curry de chou-fleur



Temps de préparation

> 1h



Difficulté

Facile



Ingrédients

2 cuillères à soupe d'huile d'arachide
1 oignon (émincé)
gingembre (un morceau de 4 cm, pelé et râpé)
3 gousses d'ail (pelées et pressées)
1 cuillerée à thé de curcuma en poudre
1 cuillerée à thé de cumin en poudre
1 cuillerée à thé de curry en poudre
1 boîte de tomates pelées
1 chou-fleur (en bouquets))
2 pommes de terre (épluchées et coupées en dés)
1 piment (épépiné et émincé)
sel et poivre
1/2 citron vert (jus)
1 bouquet de coriandre

Méthode de préparation

- 1.** Faites chauffer l'huile dans une sauteuse. Faites-y revenir le gingembre, l'ail, le curcuma, le cumin et le curry.
- 2.** Ajoutez progressivement les tomates pelées, et mélangez bien.
- 3.** Incorporez les bouquets de chou-fleur, les dés de pomme de terre et le piment.
- 4.** Salez et poivrez.
- 5.** Doe het deksel op de pan en laat 30 minuten zachtjes garen. Roer af en toe.
- 6.** Couvrez, et laissez mijoter à feu doux pendant 30 minutes. Remuez de temps en temps.