

CURRY DE VEGETAIS

INGREDIENTES

2 colheres (sopa) de óleo
1/2 colher (café) de cominho em sementes
1/2 unidade cebola picada
1 colher (café) de alho picado
1 colher (café) de gengibre picado
1 colher (chá) de páprica doce
1 colher (chá) de páprica picante
1/2 colher (café) de açafrão-da-terra
1 colher (chá) de curry em pó
2 colheres (chá) de vegetal masala (opcional)
1/2 unidade tomate picado
1/2 unidade batata doce
1/2 unidade cenoura cozida
5 unidades de vagem cozidas
2 unidades flores de couve-flor cozidas
3 colheres (sopa) de ervilhas cozidas
3 colheres (sopa) de polpa de tomate
1/2 xícara (chá) de água
sal a gosto

MODO DE PREPARO

Em uma frigideira coloque o óleo, o cominho e a cebola picada. Refogue até dourar. Adicione o alho e o gengibre. Em seguida coloque todos os temperos e o tomate picado. Deixe cozinhar por quatro minutos. Acrescente todos os legumes cozidos, misture e ponha a polpa de tomate. Deixe cozinhar por mais cinco minutos em fogo baixo. Despeje a água, misture e espere ferver. Salgue a gosto. Sirva.