

Curry indio de coliflor y garbanzos



Ingredientes

Ingredientes para 10 porciones:

1,5 kg de floretes de coliflor Ardo

2 kg de arroz Basmati Ardo

700 g de garbanzos Ardo

300 g de mezcla Brunoise Ardo

250 g de cebolleta Ardo

1,2 kg de Tikka Massala

3 dl de leche de coco

1 dl de aceite de girasol

150 gr de margarina

1 cucharadita de pimentón

1 cucharadita de curry en polvo

Pimienta

Modo de preparación

1. Cocina brevemente al vapor los floretes de coliflor y déjalos a fuego lento durante un rato.
2. Fríelos en una sartén con 100 g de margarina y salpimienta.
3. Saltea la mezcla Brunoise con el resto de la margarina, humedece con la leche de coco y el tikka massala.
4. Deja cocinar a fuego lento. Añade la coliflor y los 500 g de garbanzos.
5. Mezcla los 200 g de garbanzos con una pizca de pimentón y curry en polvo y un chorrito de aceite de girasol. Hornea hasta que adquieran una corteza crujiente.
6. Sofríe el arroz basmati junto con la cebolleta en el aceite de girasol. Sazona con sal y pimienta.
7. Sirve el arroz junto con el curry y dale el toque final con los garbanzos tostados.

Alérgenos

Milk

