

DNES JÍM JAKO IND

Jídelníček

ALU GOBI

množství pro 4 osoby

doba přípravy asi 30 minut

Potřebujeme:

1 květák, nakrájený asi na 5cm kousky

2 střední brambory, oloupané a nakrájené na asi 3cm kousky

1 lžice jemně nasekaného zázvoru (nemusí být)

lžička soli

čtvrt lžičky semínek římského kmínu

čtvrt lžičky kurkumového prášku

půl lžičky čili

2 lžičky mletého koriandru

půl lžičky garam masaly

5 lžic oleje

2 lžice čerstvého nasekaného koriandru



Rozehřejte na pánvi na středním ohni olej, přidejte římský kmín, kurkumu a zázvor.

Až začne římský kmín praskat, přidejte květák, brambory a sůl, zamíchejte a přikryjte.

V případě potřeby můžete podlít malým množstvím vody.

Duste, dokud květák a brambory nezměknou (asi 15 minut), občas promíchejte.

Přidejte zbytek koření, stáhněte oheň a vařte ještě asi 5 minut

Ozdobte čerstvým koriandrem. Podávejte s rýží.

