

DELIRIUM

CATERING Y REPOSTERIA

BY LUCIA RUIZ LAFITA

Garbanzos al curry rojo thai



Ingredientes:

- Ingredientes para 3 personas:
- 1 lata garbanzos
- 1/2 chalota
- 1/2 calabacín
- 100 gramos de tomates cherry
- 15 gramos de tomate frito
- 50 gramos de curry en polvo
- Sal y pimienta al gusto

Para la salsa:

- Yogur griego sin endulzar
- Piel de lima
- Cilantro fresco

Pasos:

- Pica la chalota y el calabacín. Primero sofríe la chalota con un poco de aceite hasta que esté pochada y luego añade el calabacín.
- Agrega tomates cherry partidos por la mitad, una cucharada de tomate frito y curry en polvo al gusto.
- Salpimienta al gusto.
- Deja que todo se cocine a fuego medio unos minutos y después incorpora los garbanzos cocidos.
- Prueba la salsa y ajusta el curry si es necesario, asegurándote de que el sabor del curry no se pierda con el del tomate.
- Para la salsa de yogur, mezcla yogur natural sin azúcar con cilantro picado, ralladura y zumo de lima.
- Sirve los garbanzos y añade por encima un poco de salsa de yogur.

Puedes acompañarlo con paní puris o arroz.

