

AVIAL CURRY DE VEGETAIS INDIANO

INGREDIENTES

- 1 colher (chá) de açafrão-da-terra
- 1 tomate
- 1 batata média
- 1 cenoura
- 1/2 tamarindo
- 1 colher (sopa) de sementes de mostarda
- 1 colher (sopa) de cominho
- 1 chili
- 1 cebola ou chalote
- 5 colheres (sopa) de coco branco

MODO DE PREPARO

- Coloque o tamarindo em 1/2 copo de água quente
- Para ajudar a soltar o sabor na água esprema com as mãos
- Retire a água e coloque na panela
- Pique o tomate, a cenoura e a batata
- Adicione na panela com o açafrão e o caldo do tamarindo
- Adicione vegetais de sua preferência (opcional)
- Leve ao fogo até que os vegetais cozinhem
- Geralmente a batata é a última a ficar pronta
- O ideal é que não haja água
- Não é pra ficar uma sopa
- Adicione com os vegetais já cozidos
- Bata o cominho, o coco, a cebola e o chili no liquidificador
- Adicione na panela e mexa
- O coco não precisa ser cozinhado
- O prato pode ser servido com arroz

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/8222-avial-curry-de-vegetais-indiano.html>