



Estofado al curry

Ingredientes - Para 4 persona(s)

- 800 g de *Ternera*
- 1 Ud. de *Cebolla*
- 4 Diente(s) de *Ajo*
- 6 Ud. de *Champiñon*
- 1/4 Ud. de *Calabacín*
- 4 Cucharadita(s) de *Coco, rallado*
- 2 Cucharadita(s) de *Garam masala*
- 1 Cucharadita(s) de *Aji*
- 1.5 Cucharadita(s) de *Cúrcuma*
- *Agua*
- *Salsa de soja*

Preparación

Paso 1 - Freír los tacos de ternera

Para hacer esta receta pedid a vuestro carnicero una ternera para hacer estofado.

Una vez tengamos la carne , cortada a dados, la freiremos en una cazuela. No se trata de freír la carne completamente, simplemente queremos marcarla, así que asegurados de que el aceite este bien caliente.Una vez realizado este paso reservaremos la carne para luego incorporarla de nuevo.

Paso 2 - Sofreir el ajo y la cebolla

En el mismo recipiente que hemos usado para freir la carne sofreiremos los ajos y la cebolla con un chorrito de salsa de soja.

Nota: *en la India no suelen usar salsa de soja pero yo la uso mucho para caramelizar mas rápido la cebolla.*

Paso 3 - Añadir la carne y las especias

Cuando la cebolla y el ajo estén bien "pochados" añadiremos la carne que habíamos reservado y añadiremos las especias (Garam masala, curcuma, ají).

Nota: *si os gusta muy picante añadid un poco mas de Ají. Para el que no lo sepa el Ají es el chile.*

Paso 4 - Añadir el coco y el agua



Recetus - Estofado al curry

Tu comunidad de cocina

recetus.com

Ahora añadiremos el coco rallado y cubriremos de agua, 2 o 3 dedos por encima de la carne y añadiremos la sal. Tiene que hervir durante una hora i media, si veis que se evapora demasiado podéis añadir mas agua durante la cocción.

Paso 5 - Añadir el resto de verduras

Cuando falten unos 20/25 minutos para terminar la cocción añadiremos los champiñones y el calabacín.

Paso 6 - Emplatar

Ya solo nos queda emplatar el plato, yo recomiendo acompañarlo de arroz basmati. Podéis poner el arroz dentro una taza humedecida con aceite para darle forma al arroz. Animaros a descubrir el mundo de los "currys", os enganchará! Buen provecho.