



Salteado de verduras al curry

Ingredientes - Para 4 persona(s)

- 1/2 Ud. de *Calabacín*
- 1/2 Ud. de *Berenjena*
- 1/2 Ud. de *Pimiento rojo*
- 1/2 Ud. de *Pimiento verde*
- 1/2 Ud. de *Coliflor*
- 3 Ud. de *Ajo*
- 1 Puñado(s) de *Judía verde, cruda*
- 1 Vaso(s) de *Miso*
- *Comino en polvo*
- *Garam masala*
- *Curry*
- *Aji*
- *Salsa de soja*

Preparación

Paso 1 - Cortar las verduras

Para empezar lavaremos y cortaremos todas las verduras en tiras o daditos.

Pondremos agua a hervir para hacer la coliflor y las judías verdes.

También calentaremos un baso de agua y disolveremos una cucharada de miso.

Paso 2 - Hacer el salteado

Empezaremos poniendo un chorrillo generoso de aceite en un wok. Cuando el aceite este caliente añadiremos el ajo y dejaremos que se dore un poco. A continuación iremos añadiendo las verduras. Empezaremos por las mas duras, el pimiento rojo y verde, y a continuación añadiremos el calabacín y la berenjena. Añadimos un chorrillo de salsa de soja. Para terminar añadiremos la coliflor y las judías verdes que habremos hervido previamente. Ahora añadiremos la salsa de miso que habremos disuelto en un vaso de agua caliente y las especias. Lo dejaremos un par de minutos más a fuego alto para evaporar un poco el liquido y ya estará listo para comer.