

PiÅiÄanÄji curry s kokosovim mlekom

**JERNEJ KITCHEN**PIÅIÄANÄJI CURRY S KOKOSOVIM MLEKOM

PiÅiÄanÄji curry s kokosovim mlekom je narejen s piÅiÄanÄjimi stegni in postreÅ¾en v bogati, kremasti kokosovi omaki z zelenjavo. Hiter in enostaven recept.

- za
4
osebe
- priprava:
10
minut
- kuhanje:
45
minut
- Åas skupaj:
55
minut

popeÄemo piÅiÄanca

PiÅiÄanÄja stegna damo na kroÅ¾nik in jih osuÅiimo. ZaÄinimo s soljo in poprom na obeh straneh. Na zmeren ogenj pristavimo veÄji lonec s kokosovim oljem. Ko je olje vroÄe, dodamo piÅiÄanÄja stegna, s koÅ¾o navzdol. Na vsaki strani jih peÄemo pribliÅ¾no 3 - 4 minute, nato jih prestavimo na kroÅ¾nik.

Nasvet

Uporabimo lahko tudi piÅiÄanÄja stegna brez koÅ¾e in kosti.

Za kuhanje lahko uporabimo tudi ekonom lonec. PiÅiÄanca prav tako popeÄemo, Åiele nato kuhamo.

kuhanje

V enak lonec damo seseklano Äebulo, sesekljana stroka Äesna, sesekljan ingver in sesekljan Äili.

Kuhamo 5 minut pri Åiibkem ognju, obÄasno premeÅiamo. Dodamo zaÄimbe (mleto papriko, koriander, kumino, kurkumo in klinÄke), rdeÄo curry pasto, vloÅ¾ene sesekljan paradiznike in popeÄena piÅiÄanÄja stegna z vsemi sokovi. Kuhamo 20 minut.

PiÅiÄanÄji curry s kokosovim mlekom

V lonec zdaj dodamo Åie kokosovo mleko, dobro premeÅiamo in dodamo Åie na manjÅie kose narezan brokoli, sesekljana okro in na manjÅie kose narezan ohrovt. Pokrijemo s pokrovom in kuhamo 15 minut.

Nato odstavimo z ognja, po okusu zaÄinimo s soljo in poprom. PostreÅ¾emo z basmati riÅ¾em. Poljubno dodamo Åie rezino limete ali limone za sveÅ¾ino.

PiÅiÄanÄji curry s kokosovim mlekom

2 Å¼lici kokosovega olja

6 piÅiÄanÄjih stegen (s koÅ¼o in kostmi)

1 Äebula, olupljena in sesekljana

2 stroka Äesna, olupljena in sesekljana

1 Å¼lica sveÅ¼ega ingverja, narezanega in drobno sesekljanega

1/4 Äilija, sesekljanega

zaÄimbe: 1 Å¼liÄka mlete paprike, 1/2 Å¼liÄke mletega koriandra, 1/2 Å¼liÄke mlete kumine, 1/4 Å¼liÄke mlete kurkume, 1/2 Å¼liÄke mletih klinÄkov)

2 Å¼lici rdeÄe curry paste

200 g sesekljanih vloÅ¼enih paradiÅ¼nikov

240 g piÅiÄanÄje juÅine osnove (ali vode)

1 ploÄevinka kokosovega mleka (400ml)

100 g okre (sveÅ¼e ali zamrznjene)

150 g brokolija

6 listov Ärnega ohrovta

Tools and equipment

kuhinjski noÅ¼

rezalna deska

lonec s pokrovom

Oglas

© Copyright 2026. All rights reserved. Designed by [tjemejitchenjeteam](#) - kokosovo-mleko