



JERNEJ KITCHEN

MANGO CURRY OMAKA

Mango Curry Omaka je sveža, lahka, gladka in odlična tako za azijske jedi, kot tudi za zelenjavne polpete, panirane zrezke. Je veganska in se dobro hrani.

ZA	4 - 8	OSEB
PRIPRAVA:	10	MINUT
KUHANJE:	30	MINUT
ČAS SKUPAJ:	40	MINUT

SESTAVINE

2 žlici lahke sojine omake
1 žlica sladkorja
1 žlica škroba (gustina)
1 čajna žlička ostrigove omake (poljubno)
80 ml hladne vode
1 žlica rastlinskega olja
1 čebula
1 korenje
1 čajna žlička sesekljanega česna
1 čajna žlička sesekljanega ingverja
začimbe: 1 žlička curry mešanica
začimb, 1 žlička kurkume v prahu, ¼ žličke kajenskega popra (poljubno)
1 čajna žlička paradižnikovega koncentrata
180 ml kokosovega mleka
320 ml zelenjavne jušne osnove
80 g manga (svežega ali zamrznjenega)

CURRY OMAKA

V skodelico damo sojino omako, sladkor, škrob, ostrigovo omako in hladno vodo. Z metlico dobro premešamo in postavimo na stran. V ponev damo olje in ga pristavimo na zmeren ogenj. Dodamo sesekljano čebulo in na kolobarje narezano korenje. Pri šibkem ognju pražimo 6 do 8 minut. Dodamo še sesekljan česen in sesekljan ingver. Kuhamo še 2 - 3 minute.

CURRY OMAKA

K zelenjavi dodamo curry, kurkumo, kajenski poper in na hitro prepražimo. Dodamo paradižnikov koncentrat. Pražimo dve minuti in dodamo kokosovo mleko, zelenjavno jušno osnovo in pripravljeno mešanico iz škroba (korak 2). Kuhamo 10 minut, nato dodamo mango, premešamo in kuhamo še 5 minut.

CURRY OMAKA

Omako spasiramo v blenderju ali s paličnim mešalnikom. Dodamo začinimo še z limetinim sokom in ščepom soli ter postrežemo z Veggie nuggets.

TOOLS AND EQUIPEMENT Oglas
skodelica
metlica
kuhinjski nož
blender ali palični mešalnik