



JERNEJ KITCHEN

BUČNI KARI (CURRY) S ČIČERIKO

Ta bučni kari je narejen v manj kot 30 minutah, je veganski, brez glutena, brez laktoze in omojbogakoslasten.

ZA 4 LJUDI
PRIPRAVA: 30 MINUT

BUČNI KARI (CURRY) S ČIČERIKO

400 g čičerike iz konzerve
500 g hokaido buče (pol buče)
1 čebula, sesekljana
2 žlici olivnega olja
2 stroka česna, sesekljana
1 palec svežega ingverja, sesekljanega
100 g kokosovega mleka
garam masala, kurkuma, mleti klinčki, mleta sladka paprika, mlet piment

TOOLS AND EQUIPEMENT

lonec
kuhinjski nož
rezalna deska
palični mešalnik

PRIPRAVA

Večji lonec pristavimo na šibek ogenj, dodamo 2 žlici olivnega olja, sesekljano čebulo, pražimo 3 minute. Dodamo sesekljan česen, sesekljan ingver, 1 čajno žličko garam masale, 1/2 čajne žličke mlete kurkume, 1/2 čajne žličke mletih klinčkov, 1/2 čajne žličke mlete sladke paprike in 1/2 čajne žličke mletega pimenta, dobro premešamo in pražimo še kakšno minuto.

POSTREŽEMO

Dodamo bučo, narezano na manjše kose. Kuhamo 10 minut na srednje močnem ognju. Dodamo odcejano čičeriko, kokosovo mleko in 500 ml vrele vode. Kuhamo še 10 minut, solimo in popravo po okusu. Odstavimo z ognja in s paličnim mešalnikom malo spasiramo, tako da so še vedno kakšni celi koški čičerike in buče. Postrežemo lahko z žlico kokosovega mleka in nasekljanim porom ter s kosom domačega kruha. Dober tek.