

TAJSKIE GREEN I RED CURRY



GREEN CURRY CZYLI ZIELONE CURRY JEST PO PAD THAIU NAJBARDZIEJ POPULARNYM DANIEM TAJSKIM. ORYGINALNIE ZIELONE, JAK I CZERWONE CURRY JEST OSTRE. PODCZAS PRZYGOTOWANIA MOŻNA JEDNAK REGULOWAĆ POZIOM OSTROŚCI ZMNIEJSZAJĄC (LUB ZWIĘKSZAJĄC) ILOŚĆ PAPRYCZEK CHILLI. WARTO PAMIĘTAĆ, ŻE PAPRYCZKI POKROJONE NA MNIJSZE KAWAŁKI NADADZĄ CURRY BARDZIEJ OSTRY SMAK, NIŻ TE POZOSTAWIONE W CAŁOŚCI.

PODSTAWĄ CURRY JEST PASTA CURRY. PRZEPIS NA TĄ PASTĘ ZNAJDZIESZ RÓWNIEŻ NA NASZEJ STRONIE. PASTĘ DOBIERA SIĘ KOLOREM DO CURRY, KTÓRE CHCE SIĘ PRZYZRĄDZIĆ.

CURRY TO GĘSTA ZUPA, KTÓRĄ ZAZWYCZAJ PODAJE SIĘ Z RYŻEM. ABY ZWIĘKSZYĆ GĘSTOŚĆ PŁYNU I PODAĆ CURRY JAKO SOS WYSTARCZY GOTOWE CURRY TUŻ PO PRZYZRĄDZENIU GOTOWAĆ NA WOLNYM OGNIU, ABY ZREDUKOWAĆ ILOŚĆ WODY. OBA CURRY MOŻNA PRZYGOTOWAĆ JAKO DANIA WEGETARIAŃSKIE I KURCZAKA ZASTĄPIĆ TOFU. CZERWONE CURRY CZĘSTO PODAWANE JEST RÓWNIEŻ Z KREWETKAMI LUB OWOCAMI MORZA. PONIŻSZY PRZEPIS JEST NA 1 PORCJĘ CURRY.



Red Curry

SKŁADNIKI:

- 100 g pokrojonej piersi z kurczaka/ tofu/ krewetek/ owoców morza
- 1 łyżka pasty curry w zależności od curry (zielonej do zielonego curry, czerwonej do czerwonego curry)
- 25 g marchewki (do wyboru z dynią do czerwonego curry)
- 25 g tajskiego bakłażanu
- 1/2 kubka mleka kokosowego
- 1/2 kubka wody
- 1 łyżka sosu rybnego
- 2-3 łyżki cukru
- 2 łyżki oleju
- 2 liście papedy (limonki kaffir)
- 2 liście świeżej bazylii
- papryczki chilli według uznania

PRZYGOTOWANIE:

1. Do oleju na woku dodaj pastę zielonego curry i połowę mleka kokosowego. Smaż na wolnym ogniu przez 1-2 minuty.
2. Resztę mleka kokosowego i kurczaka/tofu/krewetki/owoce morza. Gotuj cały czas mieszając do momentu aż mięso/tofu będzie gotowe.
3. Zwiększ ogień. Dodaj resztę wody, sos rybny, cukier, pokrojone bakłażany i marchewkę oraz liście papedy. Smaż na wysokim ogniu cały czas mieszając aż bakłażan i marchewka zmiękną.
4. Dodaj liście bazylii i papryczki chilli. Gotuj na wolnym ogniu przez 1-2 minuty.
5. Podawaj w misce. Można jako dodatek podać ryż.

Powodzenia!



Gotujące się Green Curry

