WOKBAN KÉSZÜLT VEGETÁRIÁNUS FALATOK

2 ADAG | 32 PERC | KÖZEPES

ÖSSZETEVŐK

1 csomag Garden Gourmet Vegetáriánus Pirított Falatok

1 fej salotta hagyma

1/2 gerezd fokhagyma

10 gramm gyömbér

20 ml szezámolaj

2 darab datolya paradicsom

15 gramm póréhagyma

100 gramm Csicseriborsó (garbanzo bab, bengáli gramm), érett magvak, főzve, főzve, sóval

20 ml kókusztej

2 db kaffir lime levél

1 marék korianderlevél

1 g szárított kurkuma

1 marék mentalevél

1 csipet piros chili paszta

lucernacsíra ízlés szerint

1 csipet szezámmag

fél zöld jalapeño paprika

1 csipet Ras el hanout fűszerkeverék

Repülj el egy pillanat alatt az ázsiai ízek világába! A Garden Gourmet Vegetáriánus pirított falatokat wokban, különleges fűszerezéssel is érdemes elkészíteni, az eredmény önmagáért beszél.

ELKÉSZÍTÉSI JAVASLATOK

1. KÉSZÍTSÜK ELŐ A ZÖLDSÉGEKET

Hámozzuk meg a hagymát, a fokhagymát és a gyömbért, majd vágjuk apróra.
Hevítsük fel a szezámolajat egy wokban közepes lángon, és pirítsuk meg a salotta hagymát, a fokhagymát és a gyömbért.
A paradicsomot és az újhagymát megmossuk és kb 2 cm-es darabokra vágjuk. Ezután hozzáadjuk a wokhoz, és megpirítjuk.
A chilit átlósan felszeleteljük, és a csicseriborsóval együtt a wokba tesszük.

2. SÜTÉS A WOKBAN

Felbontás előtt alaposan rázzuk fel a kókusztejet, majd öntsük a wokba.
A kaffir lime leveleket, a koriandert és a mentát durvára vágjuk, majd hozzáadjuk. Ezután adjuk hozzá a Garden Gourmet Vegetáriánus pirított falatokat.
Fűszerezzük az egészet szezámmal, kurkumával, chili pasztával és Ras el hanout fűszerkeverékkel.

3. TÁLALJUK!

Tálaljuk a fogást és díszítsük lucernacsírával.

TOVÁBBI RECEPTEKÉRT LÁTOGASS EL A WWW.GARDENGOURMET.HU/RECEPTEK OLDALRA!