



VINETE CU SOS DE IAURT - REȚETĂ PAKISTANEZĂ

INGREDIENTE

- Apă și 2 linguri de sare
- 500 g vinete tăiate în felii de 5 mm
- 150 ml de ulei de floarea soarelui sau ulei de măsline
- 1 ceapă mare, tăiată
- 2 căței de usturoi zdrobiți
- 1 linguriță pudră de chimion
- 1 linguriță de pudră de ardei iute chili
- 1 linguriță de garam masala
- Sare după gust
- jumătate de linguriță de pudră de turmeric
- 1 linguriță de pudră de coriandru
- 1 linguriță de fulgi de ardei iute chili
- 15 frunze de curry
- 5 ardei iuți chili
- 1 linguriță de semințe de chimion
- 500 g de iaurt mai gras
- 120 ml de apă
- 1 legătură de coriandru proaspăt, tocat

METODĂ DE PREPARARE

1. Dizolvă sarea în apa pusă în bolul de amestecare din oțel inoxidabil iCook de 3 litri. Adaugă feliile de vinete și lasă-le în apă 15 minute. Scoate-le și usucă-le cu un prosop de hârtie.
2. Încinge 40 ml de ulei în Tigaia senior pentru sotare iCook și prăjește feliile de vinete până ce devin galben-aurii.
3. Încinge 100 ml de ulei într-un Wok din oțel inoxidabil sau într-o tigaie mare, apoi prăjește ceapa până devine galben-aurie. Adaugă usturoiul zdrobit, pudra de chimion, pudra de chili, fulgii de chili și amestecă timp de 2 minute.
4. Adaugă apă, amestecă și adu la fierbere. Acoperă și mai lasă preparatul 2-3 minute pe foc. Dă focul mai tare și continuă să îl lași până ce se separă uleiul.
5. Toarnă iaurt în bolul pentru amestecat de 2 litri și combină totul.
6. Încinge uleiul rămas în tigaia Junior pentru sotare și adaugă semințele de chimion, ardeii iute chili și frunzele de curry și lasă-le pe foc 1-2 minute.
7. Adaugă condimentele pregătite la iaurt și amestecă cu grijă.
8. Pentru servire, adaugă sosul, vinetele și iaurtul în straturi. Decorează cu ardei chili zdrobiți și coriandru tăiat. Servește cu orez gătit la abur.