

Frango ao Curry

 ameliacomvaidade.com/receipe-items/frango-ao-curry

Daniela Prytoluk

24 de maio de 2016

- - *Prep Time*
 - 10 Minutes
- - *Cook Time*
 - 20 Minutes
- - *Yield*
 - 1kg
- - *Difficulty Level*
 - Intermediário

Frango ao Curry: delícia indiana super prática para variar no dia a dia. Com poucos ingredientes e muito sabor, é uma receita que vale a pena incorporar no cardápio do dia a dia.

Frango ao Curry é uma receita clássica indiana. Curry é o nome dado tanto as folhas da “árvore do caril” quanto a mistura de ervas e especiarias que dá origem ao tempero. A mistura básica do chamado curry em pó é composto de partes variáveis de açafrão-da-terra, cardamomo, coentro, gengibre, cominho, noz-moscada, cravo, pimenta e canela, mas novas especiarias podem ser adicionadas. Assim como a masala, cada família possuiu sua própria mistura de curry, o que significa resultados diferentes para mesmas receitas.

A receita de Frango ao Curry do Amélia com Vaidade foi retirada do livro base da Thermomix Bimby e entrou em nosso cardápio na época em que eu fazia dieta com restrição absoluta de leite de vaca e soja e nunca mais saiu. A maioria das receitas de curry que conheço levam iogurte natural ou creme de leite, compatível com o grande consumo desses produtos na Índia, mas esta tem seu molho cremoso a base de leite de coco, e sinceramente, não deixa nada a desejar das receitas de currys que vemos por aí. Sem dúvida, fica uma delícia!

E para quem é vegetariano, troque o frango por 700g de legumes variados, como cenoura, brócolis, mandioquinha, abobrinha e chuchu. E claro, abuse da criatividade! Curry de legumes também é um prato que não decepciona e acrescenta picância para os legumes básicos da rotina.

Antes de ir não esqueça de deixar seu joinha e compartilhar com seus amigos. Também estamos no facebook (facebook.com/AmeliacomVaidade) e no Instagram (@blogameliacomvaidade), com informações diversas e tudo que acontece na cozinha do Amélia com Vaidade e as comilanças dessa que vos escreve.

Ingredients

- 1 peito de frango pequeno em cubos
- 1 cebola picada
- 2 dentes de alho picados
- 3 pedaços de canela em pau pequenos ou 1 pedaço grande
- 3 colheres de sopa de vinagre
- 1 colher de sopa de curry
- 1 colher de chá de gengibre em pó
- 2/3 xícara de polpa ou passata de tomate
- 1 vidro de leite de coco
- Suco de 1 limão
- sal e azeite a gosto
- 50 a 70g de amêndoas laminadas ou sem pele

Instructions

1. Em uma frigideira bem quente, sem azeite ou qualquer tempero, toste levemente as amêndoas. Reserve.
2. Tempere o frango já cortado com sal e o suco de limão.
3. Em uma tigela pequena, dissolva o curry e o gengibre no vinagre e reserve.
4. Em uma panela coloque o azeite e refogue a cebola com a canela, até ficar bem dourada. Acrescente o alho e mexa por alguns minutos. Junte o frango e refogue até que esteja cozido. Por último, misture a pasta de curry, gengibre e vinagre, a polpa de tomate e o leite de coco e deixe em fogo baixo por uns 10 minutos, para que apure o sabor. Ajuste os temperos e tire do fogo.
5. No momento de servir salpique as amêndoas por cima do curry. Bom apetite!

- Servings : 4
- Ready in : 30 Minutes
- Course : Refeições
- Recipe Type : Frango, Thermomix Bimby
- Ingredient : Alho, Amêndoas, Azeite, Canela, Cebola, Curry, Frango, Leite de coco, Limão, Tomate, vinagre

Rate this recipe

- ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

- 0 People Rated This Recipe

- Average Rating



