

Curry de patate douce

Préparation

10 min

Cuisson

40 min

Temps total

50 min

Portions: 4 personnes

Ingédients

- 1 petit chou fleur
- 1 grosse patate douce
- 1 oignon
- 1 gousse ail
- 25 cl lait de coco
- 10 cl sauce tomates
- 15 cl eau à ajuster
- 1 cùs curry
- 1 cùs cumin
- 1 cùs cardamome
- sel et poivre

Instructions

- Dans une sauteuse faire revenir l'ail et l'oignon émincé dans un peu d'huile de coco
- Ajouter les épices et un peu de lait de coco puis la patate douce coupée en petits morceaux et les bouquets de chou fleur
- Laisser mijoter un peu et ajouter la sauce tomate, l'eau et un peu de lait de coco
- Laisser mijoter jusqu'à ce que tout soit bien cuit
- Ajouter éventuellement un peu de lait de coco
- Servir bien chaud