



Curry de pois chiches aux patates douces

Temps de préparation

30 min à 1h

Difficulté

Facile



Ingrediënten

2 oignons (émincés)
huile d'arachide
1 pièce de gingembre (émincé)
4 gousses d'ail
1 piment espagnol (émincé)
1 cuillère à soupe de curry en poudre
2 patates douces (grande, épluchées et coupées en cubes)
2 tomates (émincées)
1 boîte de lait de coco
400 grammes de pois chiches (poids égoutté)
100 grammes d'épinards surgelés (ou un sachet de jeunes pousses d'épinard frais)
sel et poivre
1 bouquet de coriandre
2 citron vert
2 tasses de riz

Bereidingswijze

- 1.** Faites suer les oignons à l'huile d'arachide.
- 2.** Ajoutez le gingembre, l'ail et le piment rouge. Mélangez bien et laissez mijoter. Saupoudrez de curry en poudre. Laissez mijoter quelques instants.
- 3.** Ajoutez les patates douces et les tomates en cubes. Arrosez de lait de coco et couvrez. Laissez mijoter à feu doux pendant 20 minutes.
- 4.** Ajoutez les pois chiches et les épinards. Réchauffez bien le tout. Salez et poivrez. Décorez avec la coriandre.
- 5.** Entre-temps, faites cuire le riz selon les indications sur l'emballage. Accompagnez-en le curry. Servez-le avec des quartiers de citron vert pour l'assaisonnement.