



Cuisine et
dépendances

Aloo Gobi



Recette classique de la cuisine pendjabi, le Aloo Gobi est un plat de curry indien à base de pommes de terre et de chou-fleur, agrémenté d'épices. Ce plat a une belle couleur jaune due à l'utilisation du curcuma.

J'ai trouvé cette recette dans le [blog "Bombay - Bruxelles"](#), qui regorge de délicieuses recettes indiennes, connues et moins connues.

Ingrédients (pour 4 à 6 personnes) :

- 1 chou fleur
- 2 à 3 pommes de terre
- 1 gros oignon
- coriandre fraîche
- 1 cuil à café de piment en poudre
- 2 grosses tomates
- 1 cuil à soupe de gingembre râpé
- 2 gousses d'ail
- 1 cuil à café de graines de cumin
- 2 cuil à café de curcuma
- sel
- 2 cuil à café de Garam Masala

Préparation :

Laver et couper le chou-fleur en fleurettes. Laver, peler et couper les pommes de terre en petits cubes. Hacher l'oignon. Couper les tomate en dés.

Chauffer l'huile dans un wok. Y dorer l'oignon et les graines de cumin.
Ajouter le gingembre et l'ail émincés puis le curcuma, le sel, le piment et les tomates.
Quand les tomates sont réduites en purée, y mettre les pommes de terre, le chou-fleur et un peu d'eau.

Mélanger et couvrir.
Laisser cuire 15 à 20 min, incorporer le garam masala et mélanger.

Ajouter les feuilles de coriandre ciselées après la cuisson.
Servir bien chaud.

Le 01 Mai 2009 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2009/05/01/index.html>