

J'ai baptisé ce plat ainsi car il est nettement d'influence indienne avec le curry, la cardamome et la présence de fromage blanc (que j'ai substitué au traditionnel yaourt car je n'en avais pas dans mon frigo...!!).

Il s'agit d'un repas complet et très épicé que l'on peut réaliser avec du boeuf, de l'agneau ou encore du poulet, en respectant bien sûr des règles de cuisson différentes...!

J'ai choisi de le faire avec du veau car c'est une viande tendre et noble (en plus cela faisait un moment que je n'en avais pas cuisiné...).

Les différentes épices nécessaires à la réalisation de ce plat sont disponibles en grande surface mais je vous conseille de les acheter en épicerie (asiatique ou maghrébine) car elles sont moins chères et de meilleure qualité.



La recette pour 4 personnes:

- 500g de noix de veau (ou assimilé)
- 1 oignon
- 5 càs de fromage blanc

- 1 càc de pâte de curry
- 1/2 càc de cannelle en poudre
- 1 noix de gingembre
- 5 gousses de cardamones
- 5 clous de girofle
- 1 càc de curcuma
- 5 gousses d'ail
- 1 càc de piment fort en poudre
- 2 càc de cumín en poudre
- 1 cube de bouillon de boeuf
- 1 gros poivron rouge
- 4 pommes de terre
- sel, poivre

Faire revenir dans une cocotte en fonte l'oignon émincé jusqu'à ce qu'il devienne translucide et les gousses d'ail écrasées.

Ajouter les morceaux de viande nettoyé du gras pour les faire dorer.

Mettre à frire les épices avec la viande (curry, cannelle, gingembre râpée, cumín, piment, curcuma, sel et poivre) puis ajouter l'eau du bouillon (environ jusqu'à recouvrir à $\frac{3}{4}$ la viande) et le cube.

Écraser chacune des gousses de cardamone afin d'en extraire les graines et les ajouter à la sauce.

Mettre également les clous de girofle et le fromage blanc.

Laisser mijoter à feu doux pendant 1 heure avant d'ajouter le poivron rouge coupé en lamelle et les pommes de terre. Rajouter de l'eau et poursuivre la cuisson encore 30 min.

Bonne dégustation...