

Recette de la semaine : Curry de pommes de terre

Ingrédients (pour 6 portions) :

- +/- 1kg de pommes de terre
- 1 courgette
- 2 carottes
- 1 échalote
- de l'ail
- un peu de concentré de tomates
- 1 boîte de lait de coco
- 2 c.à.s. de crème fraîche
- épices : sel, poivre + poudre de curry
- (- coriandre)



Matériau :

- Couteau
- éplucheur
- planche à découper
- marmite
- 2 poêles
- spatule(s)
- passoire
- cuillère(s)

1



Épluchez et lavez les pommes de terre.

2



Faire bouillir les pommes de terre dans l'eau jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

3



Lavez, épluchez et coupez les carottes.

4



Lavez et coupez les courgettes.

5



Pelez et hachez l'échalote.

6



Epluchez et hachez l'ail.

7



Égouttez les pommes de terre dans une passoire.

8



Mettez les courgettes et les carottes dans une poêle avec un peu d'huile et les faire revenir à feu moyen.

9



Mettez l'échalote et l'ail dans une autre poêle avec un peu d'huile et les faire dorer.

10



Ajoutez la crème fraîche.

11



Donnez du sel, du poivre et curry aux légumes. Ajoutez le concentré de tomates.

12



Ajoutez les échalotes et l'ail aux légumes.

13



Coupez les pommes de terre en petits morceaux et remettez les dans la marmite.

14



Ajoutez les légumes de la poêle aux pommes de terre.

15



Ajoutez le lait de coco et assaisonnez encore une fois.



**Nous souhaitons un
Bon Appétit!**

