

Lilky na kari

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: Monyszek



Suroviny

Porce: 4

- Lilek 2 ks
- Sůl 1 lžička
- Rostlinný olej 1 hrnek
- Cibule 1 ks
- Česnek 3 stroužek
- Čerstvý zázvor 50 g
- Chilli paprička 1 ks
- Rajče 2 ks
- Kari koření 1 lžíce
- Kokosové mléko 1 plechovka
- Zeleninový vývar 200 ml
- Sterilovaná cizrna 400 g
- Špenátové listy 80 g
- Koriandr 2 lžíce
- Limetka 1 ks
- Sůl dle chuti 3 špetka
- Pepř dle chuti 3 špetka

Doba přípravy: 35 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Restování

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Lilky nakrájejte na plátky, osolte a nechte vypotit. Osušte je a opečte dozlatova. Cibuli, česnek, zázvor a chilli nakrájejte nadrobno. Rajčata nakrájejte na kostičky.

Na oleji zpěníte cibuli s česnekem, zázvorem a chilli. Okořeňte, přilijte kokosové mléko s vývarem a přidejte rajčata. Krátce povařte. Vsypete zcezenou cizrnu, lilek, opláchnuté špenátové listy a koriandr.

