



RECETTE AVEC



CURRY AU LAIT DE COCO ET
PATATE DOUCE



CURRY AU LAIT DE COCO ET PATATE
DOUCE

INGRÉDIENTS

- 1 tasse de riz SunRice
- 1 tasse de Quinoa
- 2 petites patates douces épluchées et coupées en cubes
- 1 tasse chou frisé ou épinard
- 1 x 400g de lait de coco
- 1 oignon blanc coupé
- ¼ tasse chips de noix de coco
- ¼ tasse de coriandre fraîche
- 2 gousses d'ail écrasées
- 2 cuillères à café de gingembre frais râpés
- 1 cuillère à soupe d'huile
- 1 piment écrasé ou coupé au choix
- 1 citron vert
- Sel et poivre

Préparation : 10 min

2 parts

Cuisson : 55 min

- Mettre le riz SunRice et le Quinoa dans 2 tasses d'eau dans une casserole de taille moyenné et porter à ébullition.
- Réduire le feu et laisser mijoter, couvrir pendant 25 minutes.
- Retirer du feu et laisser reposer, couvrir pendant 5 minutes.
- Pendant la cuisson du riz, faire chauffer l'huile dans une grande marmite et y faire griller l'oignon, l'ail, le gingembre et le piment pendant 2 minutes.
- Ajouter les patates douces, le chou frisé ou les épinards, saler et poivrer et couvrir avec le lait de coco.
- Laisser mijoter pendant 30 minutes.
- Servir le riz et le quinoa dans des bols et les recouvrir de curry.
- Assaisonner de coriandre, jus de citron vert et chips de noix de coco.