



БАКЛАЖАНИ В ЙОГУРТОВОМУ СОУСІ – ПАКИСТАНСЬКА КУХНЯ

ІНГРЕДІЄНТИ

- Вода і 2 ст. л. солі
- 500 г баклажанів – нарізати скибочками завтовшки 5 мм
- 150 мл соняшникової або оливкової олії
- 1 велика цибулина – дрібно нарізати
- 2 зубці часнику – подавити
- 1 ч. л. меленого кмину
- 1 ч. л. меленого червоного перцю
- 1 ч. л. гарам масали
- Сіль за смаком
- ½ ч. л. куркуми
- 1 ч. л. меленого коріандру
- 1 ч. л. червоного перцю пластівцями
- 15 листочків каррі
- 5 червоних перців чилі
- 1 ч. л. насіння кмину
- 500 г густого йогурту
- 120 мл води
- 1 пучок свіжого коріандру – дрібно нарізати

СПОСІБ ПРИГОТУВАННЯ

1. Візьміть 3-літрову ємність для змішування з нержавіючої сталі, налейте в неї воду, насипте сіль і як слід розмішайте. Покладіть скибочки баклажана в солону воду на 15 хвилин. Дістаньте і промокніть їх паперовими рушниками.
2. Нагрійте 40 мл олії у великому сотейнику iCook™ і обсмажте скибочки баклажана до золотаво-коричневого кольору.
3. Нагрійте 100 мл олії в сковорідці-вок iCook™ або інший великий сковорідці і обсмажте цибулю до золотаво-коричневого кольору. Додайте подрібнені зубці часнику, мелений тмин, червоний перець пластівцями, перемішайте і обсмажте протягом 2 хвилин.
4. Додайте воду, перемішайте і доведіть до кипіння. Накрийте кришкою і проваріть 2–3 хвилини. Збільшіть вогонь і продовжуйте варити, поки не виділиться масло.
5. Налийте йогурт у 2-літрову ємність для змішування і добре перемішайте його.
6. Нагрійте олію, що залишилася, в маленькому сотейнику, викладіть в неї насіння кмину, червоний перець чилі і листочки каррі. Обсмажте суміш протягом 1-2 хвилин.
7. Додайте обсмажені спеції до йогурту і обережно перемішайте.
8. Перед подачею залийте баклажани соусом і йогуртом. Прикрасьте подрібненим червоним перцем і дрібно нарізаним коріандром. Подавайте разом із вареним рисом.