Pesce al curry alla caraibica

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione	30 Min.
Tempo di cottura	32 Min.
Porzioni	2
Elettrodomestico	Combair-Steam SE dal 2015

Riso e pesce

300 g di riso basmati

400 ml di acqua

1 CT di sale

In uno stampo in porcellana ⅓ GN versare il riso basmati, l'acqua e il sale. Posizionare lo stampo sulla griglia sull'appoggio 1 nella camera di cottura fredda. Cuocere a vapore.

Cottura a vapore 100 °C per 20 Min.

350 g di pesce, ad es. merluzzo nordico

2 CM di olio d'oliva

1 CT di pasta di curry

1 spicchio d'aglio

Schiacciare l'aglio. Marinare il pesce con olio, pasta di curry e aglio e disporre nello stampo in porcellana ½ GN. Mettere lo stampo nel contenitore di cottura forato e trasferire sull'appoggio 3 nella camera di cottura già calda. Proseguire la cottura a vapore.

Aggiungere ingredienti

Cottura a vapore 100 °C per 12 Min.

Curry

1 mango

1 cipollotto

2 cm di zenzero

3 CM di pasta di curry

500 ml di latte di cocco

100 g di pomodori, a pezzi, in alternativa pelati

Sbucciare il mango e tagliarlo a tocchetti. Tagliare il cipollotto a rondelle e grattugiare lo zenzero.

Portare a ebollizione il latte di cocco con la pasta di curry. Aggiungere il mango, il cipollotto, lo zenzero e i pomodori e cuocere piano a fuoco lento.

Disporre nei piatti insieme al riso e al pesce.

Accessori

Stampo in porcellana ½ GN, altezza 65 mm

Griglia

Stampo in porcellana ⅓ GN, altezza 65 mm

Contenitore di cottura forato, 430 × 370 × 25 mm

Ulteriori informazioni

Creata il	11.12.2019