



Карибская рыба карри

Рецепт от V-ZUG AO



Приготовление 30 Mins
Время 32 Mins
приготовления
Порции 2
прибор Combair-Steam SE с 2015 года

Рис и рыба

300 г риса басмати

400 мл воды

1 ч. л. соли

Налить в фарфоровую форму $\frac{1}{3}$ GN воду, добавить рис басмати и соль. Поместить форму на решетку на 1-й уровень в холодную камеру. Готовить на пару.

Steaming 100 °C в течение 20 Mins

350 г рыбы, например, трески

2 ст. л. оливкового масла

1 ч. л. пасты карри

1 зубчик чеснока

Раздавить чеснок. Замариновать рыбу в масле, пасте карри и чесноке и выложить в фарфоровую форму $\frac{1}{2}$ GN. Поставить форму на перфорированную емкость для термообработки и поместить на 3-й уровень в уже разогретую камеру. Продолжать готовить на пару.

Add ingredients

Steaming 100 °C в течение 12 Mins

Карри

1 манго

1 пучок лука-батун

2 см имбиря

3 ст. л. пасты карри

500 мл кокосового молока

100 г помидоров, мелко нарезанных, можно использовать очищенные томаты в собственном соку

Очистить манго, мелко нарезать. Нарезать кольцами лук-батун. Натереть имбирь. Довести до кипения кокосовое молоко с пастой карри. Добавить манго, лук-батун, имбирь и помидоры, тушить на маленьком огне.





Подавать с рисом и рыбой.

Аксессуары

Фарфоровая форма ½ GN, высота 65 мм

Решетка

Фарфоровая форма ⅓ GN, высота 65 мм

Емкость для термообработки перфорированная, 430 × 370 × 25 мм

