

Curry de poireaux et de carottes



Ingrédients pour 2 pers. :

- 1 poireau
- 2 carottes
- 1 gousse d'ail
- ½ c. à c. de cumin
- 200 ml de lait de coco
- 100 ml d'eau
- 1 c. à s. de pâte d curry
- Huile d'olive
- Sel & poivre

Les étapes

Eplucher les carottes, les laver et les couper en rondelles.

Trancher le pied et el haut du poireau, le rincer puis le couper également en rondelles.

Peler l'ail et l'émincer finement. Le faire revenir pendant 1 minute dans un faitout avec l'huile.

Ajouter les légumes et les faire revenir 5 minutes. Ajouter la pâte de curry, le cumin, l'eau et la moitié du lait de coco. Mélanger puis couvrir et laisser cuire à feu doux pendant 30minutes en mélangeant de temps en temps. Lorsque les légumes sont tendres, verser le reste du lait de coco, saler et poivrer. Servir chaud avec du riz.

Source : [Curry de poireaux et de carottes \(journaldesfemmes.fr\)](http://journaldesfemmes.fr)