Crocktoberowe Curry z dynią i kurczakiem

Curry z dynią i kurczakiem to pożywne i pyszne danie.

Czas na High: 3H
Czas na Low: 6H
Ilość porcji: 6+
Czas przygotowania: 60



Składniki

-
- 1 puszka mleka kokosowego pełnotłustego
- 2 szklanki puree z dyni
- 1szklanka bulionu drobiowego
- ½ łyżeczki curry
- ¼ łyżeczki kurkumy
- 2 łyżeczki garam masala
- ½ łyżeczki soli
- ¼ łyżeczki czarnego mielonego pieprzu
- ½ dużej cebuli pokrojona w kostkę
- 1 Ząbek czosnku wyciśnięty
- 3 marchewki pokrojone w dość cienkie plastry
- 3 bataty pokrojone w kostkę
- 2 piersi z kurczaka pokrojone w kostkę
- Sok z cytryny
-

Wykonanie:

Do wolnowaru o pojemności co najmniej 3,5l wlać mleko kokosowe, dodać puree z dyni, bulion drobiowy, przyprawy. Wszystko dokładnie wymieszać, aby się ze sobą połączyło. Następnie dodać pokrojoną w kostkę cebulę, czosnek, marchewkę, pokrojone w kostkę bataty i piersi z kurczaka. Wszystko skropić wyciśniętym sokiem z cytryny. Wymieszać.
Gotować na ustawieniach LOW przez 6H.
Podawać posypane kolendrą.
Opcjonalnie można podawać z ryżem.