




## Curry z batatami i mlekiem kokosowym

Vegetariańskie Curry

 Czas na High: 6,30 h

 Czas na Low: 8,30 h

 Ilość porcji: 6+

 Czas przygotowania: 20

### Składniki

- 4 łyżki oliwy z oliwek
- 2 duże cebule, pokrojone na pół i pokrojone w plastry
- 3 ząbki czosnku, zmiążdżone
- kawałek imbiru wielkości kciuka, obrany
- 1 łyżeczka papryki
- ½ łyżeczki cayenne
- 2 czerwone papryczki chilli, bez pestek i pokrojone w plastry
- 2 czerwone papryki, bez pestek i pokrojone w plastry
- 250g czerwonej kapusty, posiekanej
- 1kg obranych i pokrojonych na kawałki batatów
- 300g passaty
- 400ml mleka kokosowego
- 2 łyżki masła orzechowego
- Do podania
- mały pęczek świeżej kolendry, posiekanej
- gotowany kuskus lub alternatywa bezglutenowa
- 



### Wykonanie:

Rozgrzej 1 łyżkę oliwy z oliwek na dużej nieprzywierającej patelni i dodaj cebulę. Smaż delikatnie przez 10 minut do miękkości, następnie dodaj czosnek i zetrzyj imbir prosto na patelnię. Dodaj paprykę i pieprz cayenne i gotuj przez kolejną minutę, a następnie wrzuć do wolnowaru.

Na patelnię dodaj kolejną łyżkę oleju wraz z chili, czerwoną papryką i posiekaną kapustą. Smaż przez 4-5 minut, a następnie wrzuć do wolnowaru.

Użyj pozostałego oleju do podsmażenia słodkich ziemniaków, może być konieczne zrobienie tego w 2 lub 3 partiach, w zależności od wielkości patelni. Smaż słodkie ziemniaki przez około 5 minut lub tylko do momentu, gdy zaczną nabierać koloru na brzegach, a następnie włóż je również do wolnowaru.

Zalej słodkie ziemniaki passatą i mlekiem kokosowym, wymieszaj wszystko razem i przykryj wolnowar pokrywką i gotuj przez 6-8 godzin, aż słodkie ziemniaki zmiękną.

Wymieszaj masło orzechowe z curry, dopraw solą i pieprzem i podawaj z kuskusem i posiekaną kolendrą.