

Placky parota, zeleninové sábdží a kokosové čatní

Indická kuchyně

Placky parota

Z 0,5 kg hladké mouky uděláte asi 15 placek o průměru asi 15 cm, můžete samozřejmě dělat větší či menší dle velikosti pánve

K mouce přidejte necelou lžici soli

0,5 dcl oleje (nejlépe kokosový nebo palmový)

250 ml mléka

trochu vlažné vody

Suroviny zpracujeme v těsto, dle potřeby ředíme, nebo přidáváme mouku, těsto necháme půl hodinky odležet. Odležené těsto nakrájíme na kousky, ze kterých roztahujeme rukama nebo válečkem placky, lze také použít pokročilou metodu – vezmu do ruky kousek těsta a práskám jím jako bičem o stůl, těsto se postupně natahuje, pak ho smotáme do šneků a roztáhneme pomocí válečku do tvaru placky

Placky smažíme na oleji z obou stran, nafukují se podobně jako langoše.

Zeleninové sábdží

Nejdříve si pro sábdží připravíme kořeněný základ. Do hrnce na olej dáme kardamon, skořici celou, chilli papričku, hřebíček, horčičné semínko, římský kmín, pepř, řecké seno, hážeme to tam od největšího koření po nejmenší. Necháme opéct, provonět. Přidáme oloupaný a nahrubo nakrájený česnek, dále očištěný a nahrubo nakrájený zázvor. Až se i toto opeče, tak sypeme následující zeleninu, jejíž množství zvolte podle toho, co máte rádi. Zeleninu nakrájejte na kostky: mrkev, brambory, celer, červená řepa, červené zelí, cibuli (bílou nebo červenou), pórek. Promíchejte. Zalejte do dvou třetin vodou a nechte pod pokličkou vše změknout a propojit chutě.

Kokosové čatní

500g (velký kelímek) bílého jogurtu

Kokosové plátky 50g

Kurkuma na obarvení

2 špetky soli

Vše smíchat, až vznikne žlutá omáčka.

Všechno servírujte na jeden talíř, ať jídlo hraje barvami!