



Cartofi condimentați

Difficulty easy

Preparation time 5 min

Total time 1h

Serving size 5 porții

Ingredients

- 1060 g apă
- 1000 g cartofi, descojiți, bucăți (2 cm)
- 80 g ghimbir proaspăt, descojit, feliat (2 mm)
- 2 roșii, mari, sferturi
- ½ linguriță semințe de chimion
- ¼ linguriță semințe de negrilică
- ¼ linguriță semințe de schinduf
- 20 g ulei de floarea soarelui
- ¼ linguriță turmeric uscat, măcinat
- 1 linguriță sare de mare
- 1 linguriță chimion măcinat
- 1 linguriță coriandru măcinat
- ¼ linguriță pudră de chilli

Nutrition per 1 porție

Calories 920 kJ / 220 kcal

Protein 5 g

Carbohydrates 41 g

Fat 5 g

Preparation

1. Puneți 1000 g apă în bolul de mixare și cu coșul de înăbușire, în locul paharului de măsurare, pe capacul bolului de mixare, aduceți la punctul de

- fierbere **10 min./100°C/viteza 1**. Între timp, împărțiți cartofii în recipientul Varoma și tava Varoma, asigurându-vă că unele orificii rămân neacoperite, astfel încât aburii să poată circula. Introduceți tava Varoma.
2. Poziționați recipientul Varoma acoperit, apoi gătiți la **aburi 20 min./Varoma/viteza 2** sau până sunt gătiți cartofii. Dați recipientul Varoma deoparte, îndepărtați capacul Varoma și lăsați cartofii la răcit. Aruncați apa.
 3. Puneți ghimbirul și cele 60 g apă rămase, în bolul de mixare, apoi mărunțiți **3 sec./viteza 7**. Curățați pereții bolului cu spatula, apoi mărunțiți din nou **3 sec./viteza 5**. Transferați într-un castron și dați deoparte.
 4. Puneți roșiile în bolul de mixare și mărunțiți **3 sec./viteza 5**. Transferați într-un castron și dați deoparte.
 5. Puneți semințele de chimion, semințele de negrilică, semințele de schinduf și uleiul în bolul de mixare, apoi, fără paharul de măsurare, sotați **3 min./120°C/viteza 0.5**.
 6. Adăugați turmericul și ghimbirul mărunțit dat deoparte, apoi, fără paharul de măsurare, sotați **2 min./120°C/viteza 0.5**.
 7. Adăugați roșiile mărunțite date deoparte și, cu coșul de înăbușire pe capac, în locul paharului de măsurare, gătiți **15 min./100°C/viteza 0.5**.
 8. Adăugați sarea, chimionul măcinat, coriandrul și pudra de chilli, apoi, cu coșul de înăbușire pe capac, în locul paharului de măsurare, gătiți **5 min./Varoma/viteza 0.5**.
 9. Adăugați cartofii gătiți la aburi și cu coșul de înăbușire pe capac, în locul paharului de măsurare, gătiți **3 min./100°C/invers/viteza 0.5**. Serviți calzi.

Hints & Tips

- Semințele de negrilică se găsesc uneori la vânzare sub denumirea de chimen negru.
- Serviți ca garnitură lângă carne sau pește sau ca fel principal vegetarian, cu pâine naan sau chapatis.
- Cu acești cartofi condimentați, tăiați cubulețe (aprox. 5 mm), puteți face umplutura pentru Samosa de cartofi.