Mmm LA MAISON DU MIEUX MANGER | FERME DU CANTAL

Difficulté : Facile Temps de préparation : 10min Temps de cuisson : 25min



CURRY DE COURGETTE AU CHORIZO ACCOMPAGNÉ DE SON RIZ

Un curry onctueux et épicé mêlant douceur et caractère.

- **La charcuterie** est sélectionnée par **Didier de la Ferme du Cantal**, avec soin et respect garantissant des saveurs traditionnelles.
- **Les Légumes** de la **Maison du Mieux Manger**, cultivés localement avec soin, dans le respect des saisons et de l'environnement, pour une fraîcheur incomparable et des saveurs naturelles.

LES INGRÉDIENTS



Riz
80g



Chorizo
50g



Courgette
100g



Oignon
1



Gousse d'ail
1



Lait de coco
100ml



Pâte de Curry jaune
1 cuillère à soupe

LES INGRÉDIENTS NON INCLUS



Huile d'olive



Sel et Poivre
à votre convenance

LES ÉTAPES

ÉTAPE 1

Epluchez et coupez les courgettes en rondelles Emincez l'oignon et hachez l'ail.

ÉTAPE 2

Dans une casserole d'eau bouillante salée faites cuire le riz 12mn. Egouttez et réservez.

ÉTAPE 3

Dans une grande poêle faites revenir des rondelles de chorizo avec de l'huile d'olive à feu moyen 2/3 mn jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes. Retirez les et réservez.

ÉTAPE 4

Dans la même poêle, ajoutez l'oignon et l'ail. Faites les revenir jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajoutez les courgettes et faites les revenir pendant 5mn.

ÉTAPE 5

Incorporez la pate à curry et mélangez bien. Ajoutez le lait de coco et laissez mijoter à feu doux 10mn jusqu'à ce que les courgettes soient tendres.

ÉTAPE 6

Remettez le chorizo dans la poêle et laissez mijoter 2mn

ÉTAPE 7

Ajustez l'assaisonnement en sel et poivre et servez chaud. Servez dans des assiettes creuses accompagné du riz



CONSEILS ET ASTUCES

Vous pouvez garnir de coriandre fraîche