

CURRY DE CERF (Cookéo)



Ingrédients :

- 600 g de cerf
- 2 tomates pelées et coupées en dés
- 1 c à c de pâte d'ail
- 1 c à c de pâte de gingembre
- 1 brin de thym
- 4 feuilles de cari poulé
- 2 c à c de gram massala
- 4 c à c de curry
- 1 c à c de curcuma
- huile
- sel poivre

Préparation :

- utiliser le Cookeo en mode manuel
- choisir cuisson classique puis le mode dorer, la machine débute est en préchauffage
- ajouter 2 c à s d'huile d'olive et ensuite les morceaux de cerf
- puis continuer à dorer pendant 4 minutes
- puis réserver
- ajouter 2 c à s d'huile d'olive, puis l'oignon émincé, l'ail, le gingembre et le thym
- puis faire dorer pendant 5 minutes
- pendant ce temps, préparer la pâte de curry :
- mettre dans un bol, le curry et le garam masala, le curcuma avec 200 ml d'eau
- puis mélanger
- ajouter la pâte de curry dans la cuve avec les oignons, faire revenir pendant 5 minutes (ajouter un peu d'eau)
- ajouter les feuilles de cari poulé, le thym, les tomates, sel et poivre et 100 ml d'eau
- laisser cuire 3 minutes
- ajouter la viande et 200 ml d'eau, mélanger
- choisir ensuite l'option cuisson sous pression pour 25 minutes

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations.

THERMOMINOUX 2021

<http://thermominoux.over-blog.com>