# RECETTE DE CURRY FACILE ET RAPIDE POUR LÉGUMES

## Ingrédients :

1 bon et grand verre huile
2 cuil. à soupe de poudre de curry sans piment (grand modèle dans les épiceries orientales).
Si pas disponible : 1 cuil. à soupe de poudre de coriandre + idem poudre de curcuma + idem de poudre garam masala
1 cuil. à soupe purée ail et gingembre (épicerie orientale)
Des rondelles d'oignons surgelés
2 yaourts natures
2 cuil. à soupe de grains de cumin + 12 poivre noir + 6 clous de girofle + 1 feuille de laurier
1 grande boîte de concenté de tomates
1 kg de légumes au choix frais ou surgelés

## Méthode :

1. Faire revenir oignons —-> blonds avec laurier, cumin, poivre et girofle.
2 . Ajouter ail et gingembre. Bien touiller.
3. Jeter poudre curry et touiller généreusement + mouiller avec eau pour éviter que les poudres n'attachent dans la marmite.
4. Bien battre les yaourts et ajouter au mélange. Ne pas cesser de touiller !
5. Ajouter le concentré de tomates et beaucoup d'eau pour diluer ledit concentré. Bien touiller.
6. Laisser mijoter à feu doux 10mn.
7. Mettre les légumes, touiller et laisser cuire à feu doux pendant une heure.

Et voilà le tour est joué...
Bon appétit !