

GRÃO E BATATA-DOCE TIKKA



Revista
Fev. | Mar. 11

Fotos: Nuno Campos
Chef: Fernando Fonseca

PARA 4 PESSOAS

INGREDIENTES

1 lata de grão cozido Compal (400 g) • 1 frasco de molho Sharwoods Tikka •
1 embalagem de pão Naans Honeytop (2) • 400 g de batata-doce • 200 g de couve-flor •
1 malagueta vermelha • 1 cebola branca • 1 ramo de coentros • 100 ml de azeite 0.4° • Sal a gosto

PREPARAÇÃO

Lave as batatas-doces e asse no forno médio, entre 20 e 30 minutos, consoante o tamanho • Corte a couve-flor em raminhos pequenos, separando-os do bloco central • Pique a cebola, a malagueta e os coentros grosseiramente só uma vez • Refogue a cebola e a malagueta no azeite, e adicione a couve-flor • Retire a pele das batatas-doce e corte em rodela grossas, se pequenas, ou em cubos se maiores • Adicione-as ao cozinhado anterior • Junte o grão-de-bico e a água da sua cozedura, deixando levantar fervura e rectificando o sal • Adicione o conteúdo do frasco do molho Tikka Masala Sharwoods e deixe cozinhar alguns minutos, polvilhando com coentro picado ao servir • Acompanhe com o pão naan tradicional Indiano, que se aquece no forno alguns minutos depois de ter sido borrifado com água