

GARBANZOS AL CURRY CON PASAS Y VERDURAS

Amanda Wolf

INGREDIENTS

30 MINUTES 2 SERVINGS

Pimientos variados (1/2 rojo, 1/2 amarillo, 1/2 verde)

1/2 cebolla

1 zanahoria

1 bote de garbanzos ya cocidos

1 cucharadita de curry

1 cucharada de aceite

1 puñado de pasas (al gusto)

sal

TAGS

#cebolla #curry #garbanzos #pasas #pimiento #vegano #vegetariano #zanahoria



1

Ingredientes de la receta: Pimientos variados, zanahoria, cebolla, tomate, pasas, curry, garbanzos, aceite y sal



2

Se pican los pimientos, la zanahoria y la cebolla finamente y se doran en el fuego añadiéndoles un punto de sal



3

Se parten un puñado de pasas (al gusto) por la mitad y se añaden a las verduras ya cocinadas





4

Se pica el tomate en daditos y se añade a las pasas y verduras y se prueba y rectifica de sal. Cuando ya esté deshecho y reducido el tomate se añaden los garbanzos y se rehogan junto a la verdura unos minutitos y se le añade una cucharadita de curry y se revuelve todo bien para que se expanda bien el curry por todos los ingredientes



5

Una vez revuelto todo lo dejamos a fuego suave unos minutitos para que termine de mezclarse los sabores y se ablanden un poco más los garbanzos y listo!

