



# Caril de batata doce com grão e amendoins



*Categoria*  
Vegetariano



*Tempo de preparação*  
Médio



*Dificuldade*  
Médio



*Custo*  
Médio



*Com quem?*  
Com a família



*Nº de pessoas*  
4 pessoas

## Ingredientes

 Q.b. de Gallo Azeite

- 1 cebola picada
- 1 dente de alho
- 1 folha de louro
- 2 pimentos vermelhos picados
- 1 malagueta picada
- 2 colheres de sopa de caril em pó
- 1 colher de sopa de garam masala
- 400ml de leite de coco
- 600g de batata doce aos cubos
- 200g de grão cozido
- 100g de espinafres
- 50g de amendoins picados
- Q.b. de coentros picados
- Q.b. de sal
- Q.b. de pimenta

## Modo de preparação

1

Refogue em Gallo Azeite a cebola e o alho juntamente com a folha de louro.

2

Junte o pimento, a malagueta e deixe cozinhar por 2 minutos.

3

Acrescente o caril, o garam masala, misture por 1 minuto.

4

Junte o leite de coco, envolva e adicione as batatas doces aos cubos e deixe cozinhar em lume brando por cerca de 12 minutos.

5

Adicione o grão, os espinafres, envolva e deixe ferver por mais 1 minuto.

6

Sirva com os coentros, os amendoins picados e arroz basmati para acompanhar.

## Produtos utilizados



Azeite

Azeite

## Veja também

---

 Vegetariano  Rápido  Fácil

**Quinoa com abóbora, espinafres e romã**

---

 Vegetariano  Médio  Fácil

**Pizza de cogumelos e trufas**

---

 Vegetariano  Médio  Fácil

**Tofu picante com alga nori**

---

 Vegetariano  Médio  Fácil

**Falafel**

---

 Vegetariano  Médio  Fácil

**Hummus com azeitonas e queijo de cabra**

---



Mais receitas em

[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide