

Galinha com caril



Ingredientes: 2 colher de sopa de óleo de canola (ou azeite)
1 unidade de cebola picada finamente
2 colher de chá de caril
2 unidade de dentes de alho picados
2 unidade de copos de leite de coco
1 unidade de chávena de caldo de galinha
1 colher de sopa de açúcars
0 unidade de sal
1 unidade de courgete cortada em rodelas finas
1 unidade de pimento vermelho cortado em juliana
350 grama de peito de frango cortado em pedaços pequenos
2 colher de sopa de farinha de trigo
2 colher de sopa de água
2 colher de sopa de sumo de limão
0 unidade de salsa

Instruções de preparação:

Aquecer o óleo numa caçarola, adicionar a cebola e mexer constantemente. Adicionar o caril e alho e cozinhar por mais um minuto. Adicionar o leite de coco, o caldo de galinha, o açúcar e o sal, e cozinhar até levantar fervura. Adicionar o pimento e a courgete, tampar a caçarola, reduzir o calor para médio e cozinhar por 12 minutos. Adicionar o frango e caril e cozinhar por mais 8 minutos. Adicionar a farinha de trigo diluída em água, deixar ferver e mexer sempre para que o molho engrosse, adicionar o o sumo de limão e a salsa fresca. Servir com arroz branco.

Sugestões Adicionais: