

لحم الضأن بالكارى



45 min. مدة التحضير:

الصعوب: متوسط

(المكونات 6 أشخاص)

لإعداد هذه الوصفة قمنا باستخدام

المكونات

- كوب 3 سترينيد توميتوز 500
- ملعقة صغيرة كركم 1/2
- حفنة أوراق كزبرة للتزيين 1
- ملعقة صغيرة مسحوق جوارام ماسالا 1
- كوب زبادي رائب 2
- كوب ماء 2
- ملعقة صغيرة مسحوق فلفل أحمر حار 2
- ملعقة صغيرة معجون ثوم 2
- ملعقة صغيرة معجون زنجبيل 2
- ملعقة كبيرة من مسحوق الكزبرة 2
- حبات بصل 4
- حبات قرنفل 4
- ملعقة كبيرة سمن 4
- جم لحم ضأن 500
- حبات هيل أخضر 5
- حبات فلفل 8
- عود قرفة
- ملح حسب الحاجة



التحضير

1. نطّف واعرل قطع لحم الضأن .
2. ذوّب السمن في مقلاة كبيرة على نار متوسطة، وبمجرد ذوبان السمن أضف حباب الفلفل الأسود والثوم وعود القرفة والهيل .
3. قلب كل ذلك لمدة دقيقة وأضف البصل المقطّع إلى شرائح والملح، أضف معجون الزنجبيل ومعجون الثوم واترك الخليط على النار .
4. أضف مسحوق الكركم والفلفل الأحمر والكزبرة إلى مزيج التوابل واخلط جيّدًا، أضف سترينيّد توميتوز واخلطها جيّدًا مع المكونات الأخرى، ضع الخليط على النار لبضع دقائق ثم أضف قطع لحم الضأن عليه .
5. اسكب الزبادي على لحم الضأن بالكاري واخلطه جيّدًا، واتركه على النار لمدة 4-5 دقائق وأضف الماء إليه، قلبه جيّدًا وتحقق من التوابل . أضف مسحوق جازام ماسالا . وأوراق الكزبرة المقطّعة .
6. قلب الخليط سريعًا، واتركه على النار مرة أخرى لمدة 25 دقيقة للتأكد من أن اللحم كثير العصارة وجاهز . قدّمه مع الرز أو خبز النان .