

Curry de chou kale

Ingrédients (4 personnes) :

- 1 botte de chou kale
 - 6 pommes de terre
 - 1 oignon
 - 50 cl. de lait de coco
 - 1 yaourt nature
 - 125 g. de noix de cajou non salées
 - Cumin, curry, curcuma, gingembre en poudre
 - Coriandre fraîche (si de saison)
 - Huile d'olive
-
- Laver le chou kale.
 - Éplucher les pommes de terre et les couper en dés.
 - Émincer l'oignon.
 - Dans un wok, faire chauffer 3 c. à s. d'huile d'olive. Ajouter l'oignon émincé. Laisser dorer pendant 2-3 minutes à feu moyen.
 - Ajouter les pommes de terre et laisser cuire à couvert pendant 10 minutes à feu doux.
 - Ajouter le lait de coco, le yaourt, les noix de cajou et le chou kale coupé en petits morceaux. Épicer à votre goût. Saler, poivrer et laisser mijoter pendant 10 minutes à feu doux et à couvert.
 - Ciseler la coriandre lavée, en parsemer le curry et servir bien chaud.