

Pâte tandoori

Mise en place et préparation: env. 20 min
pour un pot en verre d'env. 3 dl

4 c. à soupe de graines de coriandre

4 c. à soupe de cumin

1 bâton de cannelle,
en morceaux

10 clous de girofle

3 c. à soupe de piment en poudre

3 c. à soupe de gingembre frais,
finement râpé

8 gousses d'ail, pressées

1 ½ dl d'huile de tournesol

1 ½ dl de vinaigre de vin blanc

quelques gouttes de colorant alimentaire rouge

1. Moudre finement dans le hachoir électrique les graines de coriandre et toutes les épices, y compris les clous de girofle. Incorporer le piment en poudre.

2. Mélanger dans une casserole ces épices, le gingembre et tous les ingrédients, y compris le vinaigre, porter à ébullition. Faire réduire sur tout petit feu env. 20 min, jusqu'à obtention d'une pâte lisse et crémeuse. Incorporer le colorant alimentaire, laisser refroidir. Remplir le pot propre.

Conservation: env. 2 mois au réfrigérateur.

Par dl: lipides 50 g, protéines 1 g, glucides 3 g, 1950 kJ (466 kcal)

