



CHORIZOS AL CURRY (PARA 4)

Curried Sausages (Serves 4)

INGREDIENTES

500 g de chorizos

1 lata de 400 g de tomates picados

1 taza de agua (no suministrada)

1 cebolla (en rodajas)

1 lata de 420 g de arvejas/ guisantes y zanahorias (escurridas)

2 cucharaditas de polvo de curry

4 papas/patatas medianas (6 si son pequeñas)

1 cucharadita de aceite (no suministrado)

Sal y pimienta a gusto (no suministradas)

UTENSILIOS

1 olla grande

1 olla mediana

1 cuchara de madera

1 tabla de cortar

1 cuchillo

Pinzas

1 cucharón

1 cucharita de medir

1 pasapurés

CHORIZOS AL CURRY



OPCIONES

- Sirva con arroz en lugar de papas/patatas, según las preferencias.

MÉTODO

1. Caliente el aceite en una olla grande. Dore los chorizos en la olla y, una vez cocidos, retírelos de la olla y déjelos enfriar y luego córtelos en trozos de tamaño bocado.
2. Agregue la cebolla y cocine a fuego mediano 4 a 5 minutos o hasta que se haya ablandado. Agregue a la olla las arvejas/guisantes y zanahorias escurridas.
3. Agregue 2 cucharaditas de polvo de curry, revuelva hasta que la cebolla y las verduras estén bien recubiertas.
4. Agregue los tomates, trozos de chorizos y suficiente agua para cubrir todos los ingredientes (aproximadamente 1 taza).
5. Lleve a hervor y luego deje cocinar, tapado, aproximadamente 20 minutos.
6. Cocine las papas/patatas en una olla mediana de agua hirviendo. Hierva hasta que estén tiernas y luego páselas por el pasapurés (según las instrucciones de la tarjeta).

PARA OBTENER MAYOR INFORMACIÓN

08 8351 1136 o reception@foodbanksa.org.au