

Espinacas con garbanzos a la asiática

Posted on January 01,1970 by hiulitscuisine

Ingredientes:

(para 2-3 personas)

- 300g de espinacas
- 400g de garbanzos
- 20-25 g de setas shiitake deshidratadas
- 2 dientes de ajo
- 1 cucharadita de pasta de curry (*al gusto*)

Tiempo de preparación:

- 30 min

Preparación:

1. Poner las setas shiitake en un bol con agua a hidratar durante unos 10-15 min.
2. Lavar y hervir las espinacas durante 1 min. Escurrir y reservar.
3. Si se utilizan garbanzos crudos, dejar en remojo durante 12h, escurrir, limpiar y hervir durante 1h (*más o menos*).
4. Sofreír los ajos cortados en láminas finas y las setas shiitake en una sartén con aceite. Cuando empiecen a estar dorados, añadir las espinacas y los garbanzos.
5. Salpimentar y sofreír todo durante unos 5 min.
6. Mezclar la pasta de curry en un vaso de agua y añadir a la sartén y remover bien.
7. Dejar cocer hasta que el agua se haya evaporado.

Posted in:Cocina Asiática,Cocina Tradicional,Platos Principales,Recetas |
Tagged:Ajo,Curry,Espinacas,Garbanzos,Setas,Shiitake | With 3 comments