



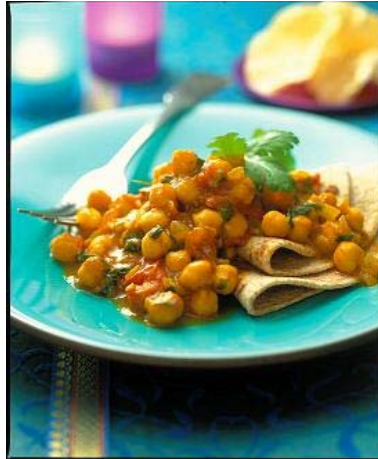
POIS CHICHE MASALA

Pour 4 personnes

Préparation : 5 min – Cuisson : 25 min

Ingrédients:

- 400 g de pois chiche
- 1 cc d'ail écrasé
- 100 g d'oignon émincé
- ½ cc de graines de cumin
- 2 cs de **Pâte de curry Madras Patak's**
- 150 g de tomates hachées
- ½ cc de cumin en poudre
- 1 pincée de sucre
- ½ piment vert, émincé (facultatif)
- 2 cs de coriandre fraîche ciselée
- 2 cs d'huile végétale
- Jus d'1/2 citron
- Sel



1. Faire chauffer l'huile dans une cocotte, ajouter les graines de cumin. Quand elles crépitent, ajouter l'oignon émincé et faire frire sur feu moyen pendant 3 à 5 min.
2. Ajouter l'ail écrasée, la pâte de curry Madras, le piment vert et la poudre de cumin. Faire frire pendant 2 à 3 min.
3. Ajouter les tomates hachées, mélanger bien et laisser cuire 5 à 8 minutes.
4. Puis ajouter les pois chiche. Poursuivre la cuisson 5 minutes supplémentaires jusqu'à ce que les pois chiche soient chauds.
5. Assaisonner, ajouter le sucre, le jus de citron et la coriandre fraîche ciselée poursuivre la cuisson à feu doux 3 min. Servir très chaud avec un riz blanc.



EPINARDS AU FROMAGE ET A LA CORIANDRE

Pour 6 personnes

Préparation : 10 min – Cuisson : 25 min

Ingrédients:

- 800 g d'épinards hachés surgelés
- 1 oignon rouge haché
- 4 gousses d'ail hachées
- 10 cl d'huile de tournesol
- 1 cc de curcuma
- 1 cc de **Pâte de Curry Madras Patak's**
- 1 cc de gingembre écrasé
- 5 cs de **Sauce Korma Patak's**
- 3 portions de fromage fondu
- 1 bouquet de coriandre fraîche



1. Faire chauffer l'huile dans une cocotte, ajouter l'ail et le gingembre, puis les oignons. Quand ils sont transparents, compléter avec le curcuma et la pâte de curry Madras
2. Mettre les épinards et un ½ verre d'eau. Laisser cuire 20 min.
3. Ajouter la sauce korma, poursuivre la cuisson 5 min.
4. Compléter avec les portions de fromage fondu.
5. Vérifier l'assaisonnement, au dernier moment ajouter le bouquet de coriandre ciselée. Servir très chaud.



BROCHETTES DE POULET ÉPICÉES

Pour 6 personnes

Préparation : 10 min - Cuisson : 20 min

Ingrédients:

- 800 g de blanc de poulet
- 1 sachet de Pâte de curry Tikka Masala Patak's
- 1 cc curcuma
- 1 yaourt nature
- Sel
- Poivre
- 1 bouquet coriandre fraîche



1. Préchauffer le four à 220°C.
2. Découper les blancs de poulet en cubes de 1 cm, les piquer sur des brochettes (en bambou).
3. Mixer la pâte Tikka Masala Patak's avec le yaourt et le curcuma.
4. Badigeonner les brochettes de poulet de sauce, les poser dans une assiette. Les couvrir d'un film alimentaire, les réserver 1 h au frigo.
5. Poser les brochettes dans un plat à four. Cuire 20 min à 220°C en les retournant régulièrement.
6. Poser sur un plat, assaisonner à votre goût et parsemer de feuilles de coriandre.



CURRY DE LEGUMES

Pour 6 personnes

Préparation : 15 min – Cuisson : 30 min

Ingrédients:

- 300 g de pommes de terre, coupées en cubes
- 250 g de carottes, coupées en bâtons
- 250 g de petits pois
- 6 cs de Sauce Mild Curry Patak's
- 2 oignons rouges émincés
- 1 cs de gingembre râpé
- 1 cs d'ail écrasé
- 1 cs de curcuma
- 1 cs de graines de moutarde noire
- 1 cs de graines de cumin
- 1 cs d'ajwain (thym indien)
- 1 cs de poudre de piment rouge
- 4 tomates hachées
- 6 cs d'huile végétale
- 20 cl d'eau
- 4 cs de coriandre fraîche ciselée pour décorer



1. Faire chauffer l'huile dans une poêle, puis ajouter les graines de moutarde noire, le cumin et l'ajwain.
2. Lorsque les graines commencent à crépiter, ajouter les oignons, l'ail et le gingembre. Faire revenir jusqu'à ce qu'ils soient transparents. Remuer régulièrement.
3. Ajouter les tomates, et saupoudrer de curcuma et de poudre de piment rouge. Remuer le tout pour bien mélanger.
4. Incorporer la sauce Mild Curry Patak's et laisser cuire 5 min.
5. Ajouter les pommes de terre et veiller à ce que la sauce les recouvre bien. Verser 20 cl d'eau. Couvrir et faire cuire 10 min sur feu vif.
6. Ajouter les petits pois, puis les carottes. Ajouter de l'eau chaude si nécessaire. Bien mélanger et couvrir. Laisser cuire 7 min.



RIZ AUX NOIX DE CAJOU

Pour 6 personnes

Préparation : 10 min – Cuisson : 18 min

Ingrédients:

- 250 g de riz Basmati
- 100g de noix de cajou
- 4 cs d'huile
- 20 g de beurre
- 1 oignon ciselé
- 1 clou de girofle
- 3 gousses de cardamome
- 1 bâton de cannelle
- Sel



1. Faire revenir l'oignon avec les épices (cardamome, clou de girofle, cannelle) dans le beurre et une partie de l'huile. Lorsque les oignons sont transparents, ajouter le riz.
2. Bien le remuer pour l'enrober de matière grasse.
3. Verser le même volume d'eau bouillante (que le volume de riz), couvrir et laisser cuire 18 min à feu doux.
4. Faire griller les noix de cajou dans le reste d'huile.
5. Arrêter le feu, laisser reposer 5 min., égrener le riz avec une fourchette, en incorporant les noix de cajou. Saler à votre convenance.



CREVETTES A LA GOANAISE

Pour 6 personnes

Préparation : 15 min – Cuisson : 18-20 min

Ingrédients:

- 1 kg crevettes surgelées calibre moyen
- 1 cs ail haché
- 1 oignon rouge haché
- 5 cs de sauce Korma Patak's
- 1 cs de pâte Tandoori Patak's
- 2 tomates épépinées hachées
- 1 cs de tomate concentrée
- 4 cs jus de tamarin ou vinaigre blanc
- 2 cm de gingembre, épluché et taillé en julienne
- 10 cl d'huile
- 2 piments rouges séchés (facultatif)



1. Faire chauffer l'huile dans une cocotte, ajouter l'oignon puis l'ail, faire revenir jusqu'à ce qu'ils soient transparents.
2. Ajouter la pâte Tandoori, puis les tomates et la tomate concentrée, (et les piments rouges séchés). Faire « compoter » à feu doux 5 min.
3. Ajouter 1/2 verre d'eau, le vinaigre et la sauce Korma, laisser réduire 10 min à feu moyen.
4. Verser les crevettes et la julienne de gingembre, vérifier l'assaisonnement, poursuivre la cuisson à feu doux 3 min. Servir très chaud avec un riz blanc.



FRICASSEE D'AUBERGINES

Pour 4 personnes

Préparation : 15 min – Cuisson : 35 min

Ingrédients:

- 800 g d'aubergines découpées en cubes
- 6 cs de **sauce Jalfrezi Patak's**
- 2 oignons rouges émincés
- 1 cs de gingembre râpé
- 1 cs d'ail écrasé
- 1 cc de curcuma
- 1 cc de graines de moutarde noire
- 1 cc de graines de cumin
- 1 cc d'ajwain (thym indien)
- 3 tomates hachées
- 1 cs de pâte de tamarin
- 10 feuilles de kari
- 6 cs d'huile d'arachide
- 4 cs de coriandre fraîche ciselée



1. Faire chauffer l'huile dans une cocotte, ajouter les graines de cumin, de moutarde noire et d'ajwain. Quand les graines commencent à crépiter, ajouter l'oignon, l'ail et le gingembre. Remuer régulièrement et laisser cuire jusqu'à ce qu'ils soient transparents.
2. Ajouter les feuilles de kari, le curcuma, les tomates et le tamarin. Mélanger bien.
3. Incorporer la sauce Jalfrezi Patak's et laisser cuire 5 min.
4. Ajouter les aubergines et veiller à ce que les cubes soient tous recouverts de sauce. Ajouter de l'eau si nécessaire.
5. Couvrir et faire cuire 20 min sur feu moyen, en remuant régulièrement. Assaisonner puis décorer de coriandre ciselée.



RAÏTA À L'ANANAS

Pour 6 personnes

Préparation : 10 min

Ingrédients

- 1 pot de **Raïta Patak's**
- 1 ananas Victoria
- 3 branches de menthe fraîche
- Sel



1. Peler l'ananas, le découper en petits dés. Saupoudrer les dés d'une pincée de sel et les égoutter.
2. Mélanger la raïta avec l'ananas, la saupoudrer de menthe ciselée.
3. Servir très frais avec des pappadums et en accompagnement d'un curry de légumes, de viande ou de poisson.