



Curry suave de setas portobello, zanahoria y langostinos

con anacardos y arroz con toque cítrico

Vegetariano

Preparation time : 40 min.



What did you think of this recipe?
Scan the QR code to share your feedback.

Find the full recipe and preparation details online.
<https://hfresh.cottey.fr/es-ES/recipes/curry-suave-de-setas-portobello-zanahoria-y-langostinos-115>

Detach me! _____

Before you start

Plan ahead by checking the use-by dates of your ingredients. Rinse fresh produce and prepare the quantities listed below.

Utensils

Jarra medidora, Colador, Pelador, Sartén, Cazo con tapa, Rallador fino

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Arroz basmati (gramo(s))	150	300	450
Ajo tierno (unidad(es))	1	2	3
Limón (unidad(es))	½	1	1½
Zanahoria (unidad(es))	1	2	3
Portobello (gramo(s))	250	500	750
Pasta de curry Rogan Josh (sobre(s))	1	2	3
Leche de coco (mililitro(s))	180	360	540
Anacardos tostados (gramo(s))	10	20	30
Langostinos (gramo(s))	150	300	450
Pimiento (unidad(es))	1	1	3
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	1	2	3
Agua (mililitro(s))	320	640	960
Ajo (unidad(es))	1	2	3
Add yourself			

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kJ)	2711 kJ
Valor energético (kcal)	648 kcal
Grasas	27.6 g
de las cuales saturadas	15.5 g
Carbohidratos	86.4 g
de los cuales azúcares	13.1 g
Fibra	9.2 g
Proteínas	25 g
Sodio	2.12 mg

Allergens

Frutos secos, Puede contener trazas de alérgenos, Crustáceos, Gluten, Mostaza, Sésamo, Cacahuetes, Nueces, Nueces de Brasil, Anacardos, Nueces de Macadamia, Pistachos, Avellanas, Nueces de pecán, Almendras

Always check the product labels for allergen information.



Arroz en marcha

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta!

- Llena un cazo con el **agua**, añade el **arroz** y **sal** y lleva a ebullición con el cazo tapado.
- Cuando hierva, cocina a fuego medio-bajo 11-13 min, removiendo.
- Luego, retira del fuego y reserva en el cazo tapado.



Cuchillo en mano

- Corta el **pimiento** en tiras finas.
- Corta el **ajo tierno** en rodajas finas, separa la parte blanca de la verde.
- Pela y ralla el **ajo**.
- Ralla la piel de la mitad de la **lima**. Luego, corta la **lima** en gajos.



Solo un poco más

- Pela la **zanahoria**. En cortes diagonales, divide la **zanahoria** en trozos de 1-2 cm.
- Limpia los **portobellos** con un paño húmedo y retira el extremo del pie. Luego, córtalos en cuartos.
- Seca los **langostinos**. En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Agrega los **langostinos**, **salpimenta** y cocina 1-2 min, moviendo ocasionalmente, hasta que se doren.
- Cuando estén listos, retira y reserva.



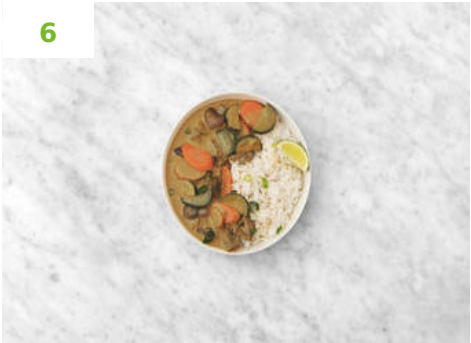
Da vida al curry

- En la sartén, agrega un chorrito de **aceite**, el **ajo** y la parte blanca del **ajo tierno**. Calienta a fuego medio y cocina 1-2 min.
- Agrega la **zanahoria**, el **pimiento** y los **portobellos**, **salpimenta** y saltea a fuego medio-alto 3-4 min, removiendo.
- Añade la **pasta de curry Rogan Josh** y la **leche de coco** y cocina a fuego medio-bajo 5-6 min, removiendo, hasta que las verduras se ablanden.



Adereza el curry

- Cuando el **curry** esté listo, añade los **langostinos** y exprime zumo de **lima** al gusto.
- Prueba y rectifica de **sal** y **pimienta**.
- En el cazo del **arroz**, agrega ralladura de **lima** al gusto y remueve.



¡A la mesa!

- Pica los **anacardos**.
- Sirve el **arroz** con **lima** en platos y cubre con el **curry de setas y langostinos**.
- Añade encima la parte verde del **ajo tierno** y los **anacardos**.
- Agrega al plato un gajo de **lima** para exprimir su zumo al gusto.

Enjoy your meal!