



HELLO
FRESH

Gaeng Phed Goong: curry de langostinos

con brócoli y arroz jazmín a la lima

Preparación en 15'

Preparation time : 25 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/gaeng-phed-goong-curry-de-langostinos-340>

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

Rallador, Cazo con tapa, Sartén grande

Ingredients for 1-6 people

Ingredient	2p	4p	6p
Arroz jazmín (gramo(s))	150	300	450
Lima (unidad(es))	½	1	1½
Brócoli (gramo(s))	500	1000	1500
Pasta de curry rojo tailandés (sobre(s))	1	2	3
Leche de coco (mililitro(s))	180	360	540
Caldo vegetal (sobre(s))	1	2	3
Langostinos (gramo(s))	150	300	450
Chili seco en escamas (sobre(s))	1	2	3
Sal y pimienta (pizca(s))	1	1	1
Aceite de oliva (cucharada(s))	1	2	3
Agua para el arroz (mililitro(s))	300	600	900
Ajo (unidad(es))	1	2	3
Agua para la salsa (mililitro(s))	100	200	300
Azúcar (cucharadita(s))	1	2	3
Add yourself			

Salt, pepper, oil and water according to taste.

Nutritional values

Per serving	Amount
Valor energético (kj)	2589 kj
Valor energético (kcal)	619 kcal
Grasas	25.7 g
de las cuales saturadas	15 g
Carbohidratos	79.2 g
de los cuales azúcares	7.9 g
Fibra	7.6 g
Proteínas	31.9 g
Sodio	2.99 mg

Allergens

Apio, Crustáceos

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 para el arroz** y añade **sal**. Tápalo y llévalo a ebullición.
- Cuando hierva, añade el **arroz** y cocina a fuego a medio-bajo 12 min. Remueve ocasionalmente.
- Una vez cocinado, retira del fuego y reserva en el cazo tapado.



Da color al curry

- En la sartén, agrega un chorrito de **aceite** y el **ajo**. Calienta a fuego medio y cocina 1 min.
- Añade la **pasta de curry rojo**, **leche de coco**, el **caldo vegetal** y el **agua para el curry** y lleva a ebullición.
- Luego, cocina a fuego medio 4-5 min, hasta que la **salsa** espese.
- Añade los **langostinos**, el **brócoli** y el **azúcar** y cocina 4-5 min más, removiendo.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular marisco crudo.



Brócoli al fuego

- Ralla la piel de la **lima** y córtala en gajos.
- Pela y pica el **ajo**.
- Retira el tallo y corta el **brócoli** en floretes pequeños.
- En una sartén grande, calienta un chorrito de **aceite** a fuego alto. Agrega el **brócoli** y un chorrito de **agua** y saltea 4-5 min, removiendo.
- **Salpimienta** y reserva fuera de la sartén.



¡A la mesa!

- Prueba el **curry** y añade zumo de **lima**, **sal** y **pimienta** al gusto.
- En el cazo del **arroz**, agrega ralladura de **lima** al gusto y sírvelo en un lado de los platos.
- Sirve el **curry** al otro lado y decora con el **chili en escamas**.

Enjoy your meal!