

CHANA MASALA



Preparación

Poner los garbanzos en remojo mínimo 8 horas antes. Dependerá del tipo de garbanzo y de la dureza del agua, hervir 1 hora 1/2 los garbanzos, cuenta que después acabarán de cocerse con el sofrito y el caldo de cebolla. En una cazuela con un poquito de aceite sofreír la cebolla cortada, 2 ajos enteros, un trozo de jengibre rallado y una guindilla entera. Remover para que se cocine bien y no se queme. Añadir 4 tomates enteros, pelados en conserva y chafar con el cucharón para que queden bien deshechos. Remover hasta que los tomates estén cocinados. Añadir los garbanzos y una cucharadita de comino y cilantro en polvo y 2 cucharadas de postre de garam masala. Remover bien. Es el momento de cubrir los garbanzos con el caldo de cebolla y hervir durante 30 minutos aproximadamente. Servir con un poquito de cilantro picado y unas gotas de lima. Mi toque personal es acompañarlo de cebolla roja encurtida y yogur griego.

INGREDIENTES

320 G DE GARBANZOS
SECOs
1 CEBOLLA
1 GUINDILLA
2 AJOS
JENGIBRE
4 tomates pelados en
conserva
comino en polvo
cilantro en polvo
garam masala
cilantro fresco
lima