



# Curry de patate douce au quinoa



4



30 min



Facile

## Ingrédients



800g de patates douces



1 gros poivron rouge



1 échalote



1 petit bouquet de coriandre



40 cl de lait de coco



250g de quinoa rouge



1 c. à soupe de pâte de curry jaune



1 c. à soupe rase d'huile de noix de coco vierge

## Préparation

Étape 1 :

Pelez les patates douces et coupez-les en cubes. Plongez-les dans une casserole d'eau bouillante salée. Au bout de 5 min, ajoutez le quinoa. Poursuivre la cuisson 10 min et égouttez le tout.

Étape 2 :

Épépinez le poivron et coupez-le en dés. Pelez et ciselez l'échalote. Faites-les suer dans un wok avec l'huile de noix de coco pendant 3 minutes.

Étape 3 :

Ajoutez la pâte de curry, mélangez puis détendez peu à peu en versant le lait de coco. Couvrez et portez à ébullition.

Étape 4 :

Laissez cuire 5 minutes puis ajoutez les patates douces et le quinoa. Terminez la cuisson sans couvercle pendant 5 minutes en remuant de temps en temps.

Étape 5 :

Servez le curry parsemé de feuilles de coriandre.