



Gambas Karahi

Nivel de dificultad: Fácil

Tiempo de preparación: 50 min.

Comensales: 5 personas

Ingredientes

- 5 cucharadas de aceite de girasol 0,25 €
- 1 cebolleta picada 0,15 €
- 20 grs de jengibre rallado y machacado hasta que parezca una pasta 0,50 € (en El Corte Inglés y grandes superficies venden una pasta de jengibre refrigerada de la marca Gourmet Garden ya hecha que está muy bien. Se conserva en la nevera y dura meses abierta, así que si no podéis encontrarla jengibre fresco fácilmente, os lo recomiendo).
- 7 dientes de ajo picados y machacados hasta que formen una pasta 0,25 €
- 1-2 chiles verdes picados 0,15 € (opcional, porque el plato ya resulta picante sin ellos)
- 6 tomates pequeños pelados y troceados en cubitos pequeños 0,90 €
- 1 cucharadita de cilantro molido 0,15 €
- 1 cucharadita de comino molido 0,10 €
- 1/4 cucharadita de chile en polvo 0,05 €
- 400 grs de gambas peladas y devenadas (las gambas tienen una tripita negra en la parte curvada que se debe quitar para que no amargue) 3,00 €
- 2 cucharadas de nata líquida 0,20 €
- sal y pimienta fresca 0,05 €
- un puñado de hojas de cilantro fresco picado 0,15 €
- 1 cucharada de zumo de limón 0,10 €
- 50 ml de agua
- Os pongo aparte la lista de productos que debéis encontrar en los supermercados asiáticos (debajo os enlace algunas direcciones):
- 2 cucharaditas de hojas de fenugreek machacadas 0,13 €
- 1/2 cucharadita de semillas de carom 0,32 €
- 1 cucharadita de garam masala 0,20 €

Las direcciones para comprar productos orientales:

- 1 Madrid y Barcelona:** Os dejo un enlace genial de [Cuadernos de cocina oriental](#), de mi profe Alex Zurdo que me ha hecho adicta a la comida indonesia, tailandesa y china.
- 2 Málaga** y la costa: Os enlace este muy bueno de [Supermercado Land](#)
- 3 Sevilla:** También os enlace otro, de [Hiper Oriente](#)





Loleta

Life, Market & Cooking



Perdonad el resto, pero seguro que por la web encontraréis algo, ya proliferan por todos lados... nos invaden. Si no tenéis acceso a uno de ellos, hay dos opciones: Primera, haceos amigos de los asiáticos que regentan el "chino" del barrio, y pedirle que os lo suministren, seguro que lo harán. Tened en cuenta además que haréis la compra una vez cada dos años aproximadamente. Las especias no se ponen malas y duran una eternidad porque como veis, las cantidades que se usan son muy pequeñas.

Total para los cuatro comensales 6,65 €, es decir, **1,33 € por persona**. Sano, barato y muy, muy hindú.

Utensilios

- un wok o una carerola grande
- un cazo
- una cuchara de madera, boles, tablas de cortar, cuchillos.

Maridaje

La comida oriental va muy bien con la cerveza. Al resultar un plato picante, el gas y el frío ayudan a apaciguar el fuego en la boca. En esta ocasión os recomiendo una cerveza hindú, refrescante y tradicional para los platos hindúes: [Cobra](#) **1,75 €**. (La podéis encontrar, por ejemplo en el supermercado gourmet del El Corte Inglés)

Preparación

1. En una cacerola calentar el aceite de girasol. Añadir la cebolleta picada y subir la temperatura del calor hasta que se doren.
2. Añadir el jengibre, el ajo y los chiles (si los vais a usar). Saltear durante un par de minutos hasta que el ajo huela a frito.
3. Añadir los tomates troceados en cubos, el cilantro molido y el comino, las semillas de carom, las hojas machacadas de fenugreek y el polvo de chile.
4. Cocinar a fuego bajo medio durante unos 15 minutos moviendo de vez en cuando, hasta que se haya formados una pasta homogénea y el tomate esté deshecho y haya adquirido un color oscuro.





Loleta

Life, Market & Cooking



5. Si la cacerola es grande, apartar en una lado esta mezcla y añadir las gambas para que se doren. Si no fuera tan grande, retirar la salsa de tomate (que en este punto se llama masala), y reservar. En esa misma cacerola saltear las gambas durante un minuto.

6. Añadir el masala (la salsa de tomate), la nata y 50 ml de agua y dejar cocinar durante un par de minutos más. La salsa debería ser espesa.

7. Probar la salsa y ajustarla de sal y pimienta. Añadir las hojas de cilantro fresco picadas y servir acompañado de arroz largo (Yo en este caso lo coloreé para darle un toque exótico)

