

# Curry

El curry es el nombre que se le damos aquí en occidente, a un conjunto de platos que llevan este condimento pero realmente es una mezcla de especias originarias de oriente, específicamente del valle del Rio Indo, discurre por Afganistán, Pakistán y el noroeste de la India.

Esta mezcla de especias potencia y aromatiza todo tipo de comidas, carnes, pescados, pastas, verduras...

Llego hace poco a nuestra gastronomía pero ha llegado para quedarse.

## ingredientes Curry

Esta es una de las miles de recetas que podremos encontrar de curry pues en cada zona o casi en cada casa de la India se realizaba de diferente manera, siendo un secreto familiar que pasa de padres a hijos.

Un buen curry siempre lleva:

- Cúrcuma
- Pimienta Negra
- Comino
- Mostaza
- Guindilla
- Cilantro

Además de esto poda llevar:

- Jengibre
- Clavo de olor
- Ajo
- Canela
- ....

Como dije al principio no hay una receta, existen cientos.

Si analizamos cada uno de las especias son beneficiosas para nuestro organismo, la cúrcuma es un antiinflamatorio, la guindilla es buena para la infecciones, la mostaza para el corazón... y así con casi todas la especias que componen esta mezcla.

Las proporciones para la elaboración del curry, lo mismo no hay una regla cada uno puede hacer su mezcla y cargar mas en las especias que mas le gusten.

Que lo quieres mas picante, mas guindilla, que te gusta mas el comino que el cilantro pues cargas mas la mano en este.

Atrévete y haz tu propia mezcla y crea tu propio curry, seguro que como en la India para ti será el mejor.

### **Medidas:**

- Cucharada es una cuchara sopera
- Cucharadita es una cucharilla de postre
- Pizca es un pellizco
- Si no se ponen cantidades es al gusto del cocinero
- Si queréis hacer mas cantidad o menos hacer una simple regla de tres.

### **Hornos:**

- Como siempre las temperaturas y los tiempos dependerán de cada horno, ajustarlas según veáis vosotros.

### **Terminos:**

- **Espumar** = Retirar con una cuchara o espumadera, la espuma que se forma en la superficie de las cocciones.
- **Desglasar** = disolver los jugos de cocción que quedan pegados en el fondo de las ollas.