

CURRY AT HOME



Apprendre à faire un délicieux et unique curry !

(curry pour 4 personnes)



Les étapes

La découpe des ingrédients : (pdf 1 – les ingrédients du fond de sauce)

Tu as le choix, tu peux soit découper tous tes ingrédients avant de commencer ton fond sauce. Soit au fur et mesure. Peut-être pour commencer, découpe d'abord tous tes ingrédients, tu seras plus à l'aise !!! Après quand tu auras l'habitude, tu pourras découper et intégrer les ingrédients au fur et à mesure de leur friture.



Regarde la vidéo : *éplucher et découper les oignons* **Clip 3**



Regarde la vidéo : *découper les tomates* **Clip 4**

Epluche et découpe : gingembre, ail, piment et poivron (si tu opte pour mettre du poivron)



La friture :

Huiles d'olive :

Rempli ta marmite de 4 cuillères à soupe d'huile d'olive



Les graines :

Ajoute les 4 graines **(pdf 2 – les épices du fond de sauce)**

Et feuille de Laurier

Environ une cuillère pour chacune **Clip 2**

Ajoute une feuille de Laurier

Fait revenir tes graines et ta feuille de laurier dans l'huile d'olive pendant environ 30 secondes avant d'intégrer les ingrédients suivant :

Oignon, ail, gingembre, piment et poivron (si tu opte pour mettre du poivron)



Apprendre à faire un délicieux et unique curry !

(curry pour 4 personnes)



Les étapes (suite 1)

Fond tes ingrédients :

Tous ce que tu vient d'incorporer dans ta friture, doit être complètement fondu avant de passer à l'étape suivante.

Si tu as l'habitude de faire frire des oignons, il y a une astuce simple : l'oignon quand il est fondu, a diminué de taille et a pris une légère couleur marron.

Si tu n'as pas l'habitude, fris ton mélange entre 10 et 12 minutes à feu moyen doux (1/3 du curseur).



Ajoute les tomates coupées en dés :

Ton mélange est fondu, tu as coupé tes tomates en dés (comme expliqué dans la vidéo : découper les tomates), tu peux maintenant les incorporer à ta friture.



Fond ton mélange :

Il faut maintenant que tes tomates fondent avec le reste des ingrédients. Ne couvre pas ta marmite pendant cette étape. Laisse ton feu à moyen doux (1/3 du curseur). Laisse fondre environ 6 à 8 minutes pour avoir le résultat souhaité ! **Clip 5 et 6**



Frire tes épices : (pdf 2 – les épices du fond de sauce)

C'est une étape crucial pour la réussite de ton curry, et tu prêt(e) à réaliser un délicieux et unique curry ?



Incorpore les épices en poudres :

Comme tu peux l'imaginer, ce n'est pas une science exact. Quand je fais un curry, je fonctionne au ressenti et je ne met pratiquement jamais les mêmes quantités d'épices. Je joue entre la quantité de coriandre et de garam massala qui va créer une saveur différente à mon curry ! Le curcuma, je met toujours la même dose. Ce que je t'apprend ici est le basic, avec ça tu auras un curry délicieux qui passera avec toutes les viandes, poissons et légumes (pour un curry végétarien). Avec l'habitude, tu pourras modifier les quantités :

Coriandre :	2 à 3 cuillères à soupe
Garam massala :	1 cuillère à soupe
Curcuma :	½ cuillère à soupe
Piment :	1/3 cuillère à café



Apprendre à faire un délicieux et unique curry !

(curry pour 4 personnes)



Les étapes (suite 2)



Si tu as mis un piment vert et que tu ne veux pas que ton curry pique de trop. N'ajoute pas le 1/3 de cuillère à café de piment en poudre. Ça sera trop. Expérimente sans l'ajouter et ensuite au fur et mesure de tes curry ajoute du piment pour que tu trouves ce qui te convient.

Je t'invite à aller voir la vidéo (ajouter ses épices) **Clip 8**

Frirer tes épices :



Je t'invite à aller voir la vidéo (frirer ses épices) **Clip 9**

En gros, le but c'est de faire une espèce de pâte. Donc tu as ajouté tes épices. Maintenant tu met le feu fort, et pendant 30 secondes à 1 minute, tu mélanges avec vivacité ton mélange pour ne pas qu'il brûle. Tu vas sentir une odeur.... Ouuuuuuuuuu...

Ajoute ¾ de litre d'eau :



Le mieux c'est que tu prépares avant de frirer tes épices un récipient avec environ ¾ de litre d'eau. C'est pareil que pour les épices, je ne met jamais la même quantité d'eau, je le fais au ressenti. Et quand tu auras l'habitude tu feras pareil ! Pour cette recette « type », ¾ de litre d'eau c'est très bien et ça conviendra avec n'importe quelle viande, poisson et légume que tu incorporas. Mélange bien ton fond sauce pour que ta pâte et ton eau prennent bien... n'hésite pas à y passer du temps, pour cette étape l'idéal c'est à feu moyen. **Clip 10**

Ajoute tes épices en morceau :



Il est temps d'ajouter les épices en morceau : **Clip 11**

4 cardamones

½ bâton de cannelle

3 clous de girofle

1 pétale de badiane

La badiane est très très parfumé, découpe une seule pétale de ta badiane est incorpore là.

½ cuillère à soupe d'anis vert

Ça correspond en gros à ce que j'utilise par curry (ça peut varier en fonction du feeling)



Apprendre à faire un délicieux et unique curry !

(curry pour 4 personnes)



Les étapes (suite 3)

Ajoute le sel :

Si tu as l'habitude de saler tes plats, ça sera simple pour toi, sinon compte environ 2/3 de cuillère à café. Le mieux c'est que tu gouttes et que tu y ailles par tâtonnement.



Congratulation !!! You've done your first curry sauce 😊

Félicitation !!!! tu viens de réaliser ton premier fond de sauce pour cuisiner un délicieux et unique curry.....



Quoi ajouter maintenant et quel temps de cuisson.

Tu peux y ajouter du poisson en dés, des pavés de poisson entier....

Des fruits de mer, des noix de saint jacques, des légumes.... (bon je précise pas la viande parce que j'en mange plus 😊)... Mais non ne t'inquiète pas je vais quand même l'inclure)

Retrouve toutes les variantes que tu peux réaliser : (pdf 4 – tous les curry)

